

Приложение 1
к приказу № 333-од от 31.08.21
"Об утверждении изменений в рабочих
программах педагогов по предметам и
дополнений к рабочим программам
педагогов, программам элективных
курсов/предметов на 2021-2022 учебный
год"

**Дополнения к рабочей программе, изменения
на 2021-2022 учебный год**
по учебному предмету « Физическая культура »
на уровне основного общего образования

Класс(ы): 5-9
Уровень: базовый

Учителя физической культуры
Без категории
Лухтанова Ирина Анатольевна

Без категории
Василевская Анна Павловна

В связи с реализацией «Программы воспитания» в 2021-2022 учебном году внесены изменения в следующие разделы программы по предмету физической культуры.

1. Пояснительная записка
2. Учебно-тематический план
3. Календарно-тематический план
4. Требования к уровню подготовки обучающихся

1) Пояснительная записка

В связи с принятием Федерального закона от 31 июля 2020 г. N 304-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся" рабочая программа воспитания в МОУ «Гимназия №8» реализуется в единстве урочной и внеурочной деятельности. В урочной деятельности в 2021-2022 учебном году по предмету физическая культура реализуется модуль «Школьный урок».

2) Учебно-тематический план

2. Учебно-тематический план 5 класс.

№	Учебные разделы и темы	Кол-во часов	Вид занятий	Использование ИКТ	Использование проектной деятельности	Реализация программы воспитания
1	Знания о физической культуре. Роль и значение физической культуры в предупреждении старения и сохранения активности человека.	1	Теория			Модуль «Школьный урок»
2	Определение физической подготовленности индивидуального развития.	4	Практика			
3	Знания о физической культуре. Прикладно-ориентированная физическая подготовка как форма организации занятий физической культурой.	2	Теория			Модуль «Школьный урок»
4	Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на короткие дистанции.	5	Практика	презентация	проект	
5	Развитие скоростной выносливости в беге на средние дистанции.	5	Практика			Модуль «Школьный урок»
6	Развитие скоростно-силовых качеств.	5	Практика			
7	Двигательные действия и физические упражнения прикладной ориентации. Полоса препятствия.	2	Практика			
8	КУ-1500м.(юноши), 1000м(девушки)	2	Практика			
9	Совершенствование навыков и умений в	1	Практика			

	наблюдении за режимами физической нагрузки.					
10	Гимнастика. Совершенствование техники ранее изученных акробатических элементов.	7	Практика	презентация	проект	
11	Комплексы упражнений спортивно-оздоровительного характера. КУ -наклон вперед из положения сидя.	1	Практика			
12	Гимнастика. Составление комплекса упражнений	2	Практика			
13	Гимнастика. Составление акробатической комбинации из 5-и элементов. Упражнения в равновесии.	5	Практика			Модуль «Школьный урок»
14	Развитие выносливости, силы, быстроты, скоростно-силовых качеств. Кроссовая подготовка.	5	Практика			
15	Индивидуальные комплексы общеразвивающих упражнений на развитие координации движений и гибкости.	2	Практика			Модуль «Школьный урок»
16	Индивидуальные комплексы упражнений. Комплексы упражнений адаптивной гимнастики	1	Практика			
17	Развитие силы. КУ - подъем туловища из положения, лежа на спине.	2	Практика			
18	Кроссовая подготовка. Комплексы упражнений на развитие выносливости, силы. Круговая тренировка.	2	Практика			
19	Упражнения на координацию движения.	5	Практика			
20	Баскетбол. Техничко-тактические действия.	18	Практика	презентация	проект	Модуль «Школьный урок»
21	Волейбол. Техничко-тактические действия.	15	Практика	презентация	проект	Модуль «Школьный урок»
22	Совершенствование навыков и умений в судействе спортивных соревнований.	2	Теория практика			
23	Легкая атлетика. Развитие быстроты и выносливости в беге на средние дистанции. Совершенствование техники метания.	8	Практика			Модуль «Школьный урок»
34	Совершенствование техники эстафетного бега. Развитие выносливости в беге на длинные дистанции.	2	Практика			
35	КУ-бег 1500м. (юноши), 1000м. (девушки).	1	Практика			
	Итого	105				

Учебно-тематический план 6 класс.

№	Учебные разделы и темы	Кол-во часов	Вид занятий	Использование ИКТ	Использование проектной деятельности	Реализация программы воспитания
1	Знания о физической культуре. Роль и значение физической культуры в предупреждении старения и сохранения активности человека.	1	Теория			Модуль «Школьный урок»
2	Определение физической подготовленности индивидуального развития.	4	Практика			
3	Знания о физической культуре. Прикладно-ориентированная физическая подготовка как форма организации занятий физической культурой.	1	Теория			
4	Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на короткие дистанции.	3	Практика	презентация	проект	
5	Развитие скоростной выносливости в беге на средние дистанции.	3	Практика			Модуль «Школьный урок»
6	Знания о физической культуре. Система реабилитационных занятий после физических травм.	1	Теория			
7	Двигательные действия и физические упражнения прикладной ориентации. Полоса препятствия.	1	Практика			
8	КУ-1500м.(юноши), 1000м(девушки)	1	Практика			
9	Совершенствование навыков и умений в наблюдении за режимами физической нагрузки.	1	Практика			
10	Гимнастика. Совершенствование техники ранее изученных акробатических элементов.	3	Практика	презентация	проект	
11	Комплексы упражнений спортивно-оздоровительного характера. КУ -наклон вперед из положения сидя.	1	Практика			
12	Гимнастика. Составление комплекса упражнений	1	Практика			
13	Гимнастика. Составление акробатической комбинации из 5-и элементов. Упражнения в равновесии.	2	Практика			Модуль «Школьный урок»
14	Развитие выносливости, силы, быстроты, скоростно-силовых качеств. Кроссовая подготовка.	4	Практика			
15	Индивидуальные комплексы	1	Практика			Модуль

	общеразвивающих упражнений на развитие координации движений и гибкости.		а			«Школьный урок»
16	Индивидуальные комплексы упражнений. Комплексы упражнений адаптивной гимнастики	1	Практика			
17	Простейшие приемы самомассажа. КУ - подъем туловища из положения, лежа на спине.	2	Практика			
18	Кроссовая подготовка. Комплексы упражнений на развитие выносливости, силы. Круговая тренировка.	1	Практика			
19	Упражнения на развитие силы.	3	Практика			
20	Баскетбол. Техничко-тактические действия.	12	Практика	презентация	проект	Модуль «Школьный урок»
21	Волейбол. Техничко-тактические действия.	15	Практика	презентация	проект	
22	Совершенствование навыков и умений в судействе спортивных соревнований.	2	Теория практика			
23	Легкая атлетика. Развитие быстроты и выносливости в беге на средние дистанции. Совершенствование техники метания.	4	Практика			Модуль «Школьный урок»
24	Совершенствование техники эстафетного бега. Развитие выносливости в беге на длинные дистанции.	1	Практика			
25	КУ-бег 1500м. (юноши), 1000м. (девушки).	1	Практика			
	Итого	70				

Учебно-тематический план 7 класс.

№	Учебные разделы и темы	Кол-во часов 7 А,Б	Кол-во часов 7В	Вид деятельности	Использование ИКТ	Использование проектной деятельности	Реализация программы воспитания
1	Знания о физической культуре. Роль и значение физической культуры в предупреждении старения и сохранения активности человека.	1	1	Теория			Модуль «Школьный урок»

2	Определение физической подготовленности индивидуального развития.	4	4	Практика			
3	Знания о физической культуре. Прикладно-ориентированная физическая подготовка как форма организации занятий физической культурой.	1	1	Теория			
4	Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на короткие дистанции.	3	4	Практика	презентация	проект	
5	Развитие скоростной выносливости в беге на средние дистанции.	3	4	Практика			Модуль «Школьный урок»
6	Знания о физической культуре. Система реабилитационных занятий после физических травм.	1	2	Теория			
7	Двигательные действия и физические упражнения прикладной ориентации. Полоса препятствия.	1	1	Практика			
8	КУ-2000м.(юноши), 1500м(девушки)	1	1	Практика			
9	Совершенствование навыков и умений в наблюдении за режимами физической нагрузки.	1	1	Практика			
10	Гимнастика. Совершенствование техники ранее изученных акробатических элементов.	3	3	Практика	презентация	проект	
11	Комплексы упражнений спортивно-оздоровительного характера. КУ -наклон вперед из положения сидя.	1	1	Практика			
12	Гимнастика. Составление комплекса упражнений	1	2	Практика			
13	Гимнастика. Составление акробатической	2	7	Практика			Модуль «Школьный

	комбинации из 5-и элементов. Упражнения в равновесии.						урок»
14	Развитие выносливости, силы, быстроты, скоростно-силовых качеств. Кроссовая подготовка.	4	4	Практика			
15	Индивидуальные комплексы общеразвивающих упражнений на развитие координации движений и гибкости.	1	2	Практика			Модуль «Школьный урок»
16	Индивидуальные комплексы упражнений. Комплексы упражнений адаптивной гимнастики	1	1	Практика			
17	Простейшие приемы самомассажа. КУ - подъем туловища из положения, лежа на спине.	2	2	Теория Практика			
18	Кроссовая подготовка. Комплексы упражнений на развитие выносливости, силы. Круговая тренировка.	1	2	Практика			
19	Упражнения на развитие силы.	3	4	Практика			
20	Баскетбол. Технические действия.	12	22	Практика	презентация	проект	Модуль «Школьный урок»
21	Волейбол. Технические действия.	15	25	Практика	презентация	проект	
22	Совершенствование навыков и умений в судействе спортивных соревнований.	2	2	Практика			
23	Легкая атлетика. Развитие быстроты и выносливости в беге на средние дистанции. Совершенствование техники метания.	4	4	Практика			Модуль «Школьный урок»
24	Совершенствование техники эстафетного бега. Развитие выносливости в беге на длинные	1	2	Практика			

	дистанции.						
25	КУ-бег 2000м. (юноши), 1500м. (девушки).	1	2	Практика			
	Итого	70	105				

Учебно-тематический план 8 класса.

№	Учебные разделы и темы	Кол-во часов	Вид деятельности и	Использование ИКТ	Использование проектной деятельности	Реализация программы воспитания
1	Знания о физической культуре. Роль и значение физической культуры в предупреждении старения и сохранения активности человека.	1	Теория			Модуль «Школьный урок»
2	Определение физической подготовленности индивидуального развития.	4	Практика			
3	Знания о физической культуре. Прикладно-ориентированная физическая подготовка как форма организации занятий физической культурой.	1	Теория			
4	Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на короткие дистанции.	3	Практика	презентации	проект	
5	Развитие скоростной выносливости в беге на средние дистанции.	3	Практика			Модуль «Школьный урок»
6	Знания о физической культуре. Система реабилитационных занятий после физических травм.	1	Теория			
7	Двигательные действия и физические упражнения прикладной ориентации. Полоса препятствия.	1	Практика			
8	КУ-2000м.(юноши), 1500м(девушки)	1	Практика			
9	Совершенствование навыков и умений в наблюдении за режимами физической нагрузки.	1	Практика			
10	Гимнастика. Совершенствование техники	3	Практика	презентации	проект	

	ранее изученных акробатических элементов.					
11	Комплексы упражнений спортивно-оздоровительного характера. КУ -наклон вперед из положения сидя.	1	Практика			
12	Гимнастика. Составление комплекса упражнений	1	Практика			
13	Гимнастика. Составление акробатической комбинации из 5-и элементов. Упражнения в равновесии.	2	Практика			Модуль «Школьный урок»
14	Развитие выносливости, силы, быстроты, скоростно-силовых качеств. Кроссовая подготовка.	4	Практика			
15	Индивидуальные комплексы общеразвивающих упражнений на развитие координации движений и гибкости.	1	Практика			Модуль «Школьный урок»
16	Индивидуальные комплексы упражнений. Комплексы упражнений адаптивной гимнастики	1	Практика			
17	Простейшие приемы самомассажа. КУ - подъем туловища из положения, лежа на спине.	2	Теория Практика			
18	Кроссовая подготовка. Комплексы упражнений на развитие выносливости, силы. Круговая тренировка.	1	Практика			
19	Упражнения на развитие силы.	3	Практика			
20	Баскетбол. Технические действия.	12	Практика	презентация	проект	Модуль «Школьный урок»
21	Волейбол. Технические действия.	15	Практика	презентация	проект	
22	Совершенствование навыков и умений в судействе спортивных соревнований.	2	Практика			
23	Легкая атлетика. Развитие быстроты и выносливости в	4	Практика			Модуль «Школьный

	беге на средние дистанции. Совершенствование техники метания.					урок»
24	Совершенствование техники эстафетного бега. Развитие выносливости в беге на длинные дистанции.	1	Практика			
25	КУ-бег 2000м. (юноши), 1500м. (девушки).	1	Практика			
	Итого	70				

Учебно-тематический план 9 класс.

№	Учебные разделы и темы	Кол-во часов	Вид деятельности	Использование ИКТ	Использование проектной деятельности	Реализация программы воспитания
1	Знания о физической культуре. Роль и значение физической культуры в предупреждении старения и сохранения активности человека.	1	Теория			Модуль «Школьный урок»
2	Определение физической подготовленности индивидуального развития.	4	Практика			
3	Знания о физической культуре. Прикладно-ориентированная физическая подготовка как форма организации занятий физической культурой.	1	Практика			
4	Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на короткие дистанции.	3	Практика	презентация	проект	
5	Развитие скоростной выносливости в беге на средние дистанции.	3	Практика			Модуль «Школьный урок»
6	Знания о физической культуре. Система реабилитационных занятий после физических травм.	1	Теория			
7	Двигательные действия и физические упражнения прикладной ориентации.	1	Практика			

	Полоса препятствия.					
8	КУ-2000м.(юноши), 1500м(девушки)	1	Практика			
9	Совершенствование навыков и умений в наблюдении за режимами физической нагрузки.	1	Практика			
10	Гимнастика. Совершенствование техники ранее изученных акробатических элементов.	3	Практика	презентаци я	проект	
11	Комплексы упражнений спортивно-оздоровительного характера. КУ -наклон вперед из положения сидя.	1	Практика			
12	Гимнастика. Составление комплекса упражнений	1	Практика			
13	Гимнастика. Составление акробатической комбинации из 5-и элементов. Упражнения в равновесии.	2	Практика			Модуль «Школьн ый урок»
14	Развитие выносливости, силы, быстроты, скоростно-силовых качеств. Кроссовая подготовка.	4	Практика			
15	Индивидуальные комплексы общеразвивающих упражнений на развитие координации движений и гибкости.	1	Практика			Модуль «Школьн ый урок»
16	Индивидуальные комплексы упражнений. Комплексы упражнений адаптивной гимнастики	1	Практика			
17	Простейшие приемы самомассажа. КУ - подъем туловища из положения, лежа на спине.	2	Теория Практика			
18	Кроссовая подготовка. Комплексы упражнений на развитие выносливости, силы. Круговая тренировка.	1	Практика			
19	Упражнения на развитие силы.	3	Практика			
20	Баскетбол. Техничко-тактические действия.	12	Практика	презентац ия	проект	Модуль «Школьн

						ый урок»
21	Волейбол. Технические действия.	15	Практика	презентация	проект	
22	Совершенствование навыков и умений в судействе спортивных соревнований.	2	Практика			
23	Легкая атлетика. Развитие быстроты и выносливости в беге на средние дистанции. Совершенствование техники метания.	4	Практика			Модуль «Школьный урок»
24	Совершенствование техники эстафетного бега. Развитие выносливости в беге на длинные дистанции.	1	Практика			
25	КУ-бег 2000м. (юноши), 1500м. (девушки).	1	Практика			
	Итого	70				

3) Календарно-тематическое планирование

4. Календарно- тематический план 5 классов.

№ урока	Тема урока	Дата план	Фактически	
			5а	5б
	І триместр			
1	Беседа по технике безопасности на занятиях легкой атлетики. Высокий старт. Эстафета	01.09-04.09		
2	Правила выбора одежды и обуви на занятиях физической культуры. Высокий старт. Бег 30м.	01.09-04.09		
3	Низкий старт. Бег 60 м.	06.09-11.09		
4	Скоростно-силовая подготовка.	06.09-11.09		
5	Прыжки в длину с места (норматив ГТО)	06.09-11.09		
6	Развитие быстроты.	13.09-18.09		
7	Бег 60 м. Модуль «Школьный урок» «Здоровый образ жизни».	13.09-18.09.		
8	Метание мяча с разбега.	13.09-18.09		
9	Метание мяча с разбега.(норматив ГТО)	20.09-25.09		
10	Подтягивание на перекладине. (ГТО).	20.09-25.09		
11	Бег 1000м. Развитие выносливости.	20.09-25.09		
12	Бег 1500 м.	27.09-02.10		
13	Силовая подготовка.	27.09-02.10		
14	Поднимание туловища за 1 мин.	27.09-02.10		
15	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (норматив ГТО) . Игра «Пионербол».	04.10-09.10		
16	Провести тест на гибкость (норматив ГТО). Игра «Перестрелка».	04.10-09.10		

17	Челночный бег 3 по 10м.	04.10-09.10		
18	Развитие координации движения	11.10-16.10		
19	Ловля и передача мяча в баскетболе.	11.10-16.10		
20	Ведение и передача мяча в движении.	11.10-16.10		
21	Броски по кольцу после ведения.	18.10-23.10		
22	Игра с элементами ведения мяча и бросков.	18.10-23.10		
23	Эстафета с элементами баскетбола.	18.10-23.10		
24	Игра «Пионербол»	25.10-28.10		
25	Учебная игра в баскетбол.	25.10-28.10		
26	Правила оказания ПМП. Учебная игра.	25.10-28.10		
27	Беседа по технике безопасности на занятиях гимнастики. Комплекс подбора упражнений типа зарядки.	08.11-13.11		
28	Кувырок вперед и назад.	08.11-13.11		
29	Стойка на лопатках.	08.11-13.11		
30	Гимнастический мост. Модуль «Школьный урок» Воспитание взаимопомощи, взаимопонимания.	15.11-20.11		
31	Акробатическое соединение.	15.11-20.11		
32	Акробатическое соединение	15.11-20.11		
33	Упражнения и комбинация на равновесие.	22.11-27.11		
34	Развитие гибкости.	22.11-27.11		
35	Силовая подготовка.	22.11-27.11		
36	Подведение итогов 1 триместра.	29.11-04.12		
	II триместр			
37	Правила техники безопасности на уроках физической культуры. Лазание по канату.	29.11-04.12		
38	Лазание по канату.	29.11-04.12		
39	Лазание по канату.	06.12-11.12		
40	Комплекс корригирующих упражнений на осанку.	06.12-11.12		
41	Олимпийское движение.	06.12-11.12		
42	Комплекс упражнений и прыжки с гимнастической скакалкой.	13.12-18.12		
43	Гимнастическая эстафета.	13.12-18.12		
44	Прыжки со скакалкой. Модуль «Школьный урок» Воспитание трудолюбия и стремления к творчеству.	13.12-18.12		
45	Элементы полосы препятствия.	20.12-25.12		
46	Силовая подготовка.	20.12-25.12		
47	Преодоление гимнастической полосы препятствия (5-6 препятствий).	20.12-25.12		
48	Поднимание ног до угла 90 градусов на гимнастической стенке.	27.12-28.12		
49	Беседа по технике безопасности на уроках спортивных игр. Стойки и перемещения в баскетболе. Эстафета с мячами.	10.01-15.01		
50	Стойки, перемещения, остановки, повороты в баскетболе.	10.01-15.01		
51	Ловля и передача мяча двумя руками от груди.	10.01-15.01.		
52	Передача одной от плеча.	17.01-22.01		
53	Развитие силы. Игра «Передал -садись».	17.01-22.01		

54	Передача мяча в движении. Игра «Борьба за мяч».	17.01-22.01		
55	Ведение мяча в движении.	24.01-29.01		
56	Эстафета с ведением мяча. Модуль «Школьный урок» Воспитание чувства коллективизма.	24.01-29.01		
57	Броски мяча в кольцо.	24.01-29.01		
58	Броски мяча после ведения.	31.01-05.02.		
59	Штрафные броски.	31.01-05.02.		
60	Игра «Мяч ловцу».	31.01-05.02		
61	. Броски мяча.(контроль)	07.02-12.02		
62	Учебная игра в баскетбол. Правила игры в баскетбол.	07.02-12.02		
63	Учебная игра. Модуль «Школьный урок» Воспитания доброжелательного, уважительного отношения к окружающим.	07.02-12.02		
64	Стойки, перемещения в волейболе. Эстафета с мячами.	14.02-19.02.		
65	Передача мяча сверху.	14.02-19.02		
66	Игра «Перестрелка». Модуль «Школьный урок» Воспитание патриотизма.	14.02-19.02		
67	Передача мяча снизу.	21.02-26.02		
68	Игра «Пионербол».	21.02-26.02		
69	Подведение итогов 2 триместра.	21.02-26.02		
	III триместр			
70	Правила техники безопасности на уроках физической культуры. Игра «Скакуны».	28.02-05.03		
71	Подача мяча.	28.02-05.03		
72	Прием подачи мяча.	28.02-05.03.		
73	Игра «Пионербол».	07.03-12.03		
74	Передача и подача мяча.	07.03-12.03		
75	Нападающий удар. Игра «Пионербол».	07.03-12.03		
76	Игра «Пионербол». Модуль «Школьный урок» Воспитание чувства товарищества.	14.03-19.03		
77	Учебная игра. Правила игры в волейбол.	14.03-19.03		
78	Учебная игра. Судейство игры в волейбол.	14.03-19.03		
79	Учебная игра.	21.03-23.03		
80	Беседа по технике безопасности на уроках легкой атлетики. Олимпийские игры.	04.04-09.04		
81	Скоростно-силовая подготовка.	04.04-09.04.		
82	Прыжки в длину с места (норматив ГТО).	04.04-09.04.		
83	Силовая подготовка.	11.04-16.04.		
84	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.(норматив ГТО)	11.04-16.04.		
85	Поднимание туловища за 30 сек. (норматив ГТО).	11.04-16.04.		
86	Развитие гибкости. Игра «Пионербол».	18.04-23.04.		
87	Провести тест на гибкость (норматив ГТО). Встречная эстафета.	18.04-23.04.		

88	Медленный бег по 5 минут. Подтягивание на перекладине.	18.04-23.04		
89	Развитие быстроты. Эстафета с предметами.	25.04-30.04		
90	Челночный бег 3 по 10 м. (норматив ГТ О)	25.04-30.04		
91	Низкий старт. Стартовый разгон. Бег 60м	25.04-30.04.		
92	Бег 60 м на результат (норматив ГТО).	02.05-07.05.		
93	Развитие координации движения.	02.05-07.05		
94	Метание мяча с 3-5 шагов разбега. Бег 500 м	02.05-07.05		
95	Метание мяча (норматив ГТО).	09.05-14.05		
96	Развитие выносливости. Модуль «Школьный урок» «Здоровый образ жизни».	09.05-14.05		
97	Бег 1000 м. Игра «Перестрелка».	09.05-14.05		
98	Бег 1500м.(норматив ГТО).	16.05-21.05		
99	Методика подбора упражнений на коррекцию осанки.	16.05-21.05		
100	Развитие силы. Поднимание ног до угла 90 градусов из виса.	16.05-21.05		
101	Подтягивание на перекладине (норматив ГТО).	23.05-28.05		
102	Основы самостоятельной подготовки к соревновательной деятельности.	23.05-28.05		
103	Эстафета с этапами.	23.05-28.05		
104	Круговая эстафета.	30.05-31.05		
105	Подведение итогов за год.	30.05-31.05		

Календарно- тематический план 6 классов.

№ урока	Тема урока	Дата план	Фактически		
			6а	6б	6в
	I триместр				
1	Инструктаж по техники безопасности на занятиях по легкой атлетики. Низкий старт. Эстафета.	01.09-4.09			
2	Низкий старт. Бег 60 м. Правила оказания ПМП при травмах.	01.09-4.09			
3	Челночный бег 3х10 м. (норматив ГТО).	06.09-18.09			
4	Прыжок в длину с места . Модуль «Школьный урок» Здоровый образ жизни.	06.09-18.09			
5	Метание мяча с разбега.	13.09-18.09			
6	Бег на 60 м (норматив ГТО).	13.09-18.09			
7	Бег 1000 м. Развитие выносливости.	20.09-25.09			
8	Развитие выносливости. Бег 1500 м (норматив ГТО).	20.09-25.09			
9	Метание малого мяча. Развитие силы. (норматив ГТО)	27.09-02.09			
10	Прыжок в длину с места (норматив ГТО). Подтягивание на перекладине.	27.09-02.09			
11	Поднимание туловища за 1 мин. Развитие силы (норматив ГТО).	04.10-09.10			

12	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (норматив ГТО).	04.10-09.10			
13	Проведение теста на гибкость (норматив ГТО). Развитие силы.	11.10-16.10			
14	Подтягивание на перекладине (норматив ГТО). Эстафета с мячами.	11.10-16.10			
15	Комплекс упражнений для формирования правильной осанки. Игра «Пионербол».	11.10-16.10			
16	Беседа по технике безопасности на занятиях баскетболом. Техника передачи и ловли мяча.	18.11-23.11			
17	Стойки, перемещения, остановки, повороты в баскетболе. Техника ведения и передачи мяча в движении.	18.10-23.10			
18	Техника ведения мяча с изменением скорости и высоты отскока мяча.	18.10-23.10			
19	Ведение мяча «змейкой» и броски по кольцу после ведения. Модуль «Школьный урок» Воспитание взаимопомощи, взаимопонимания.	08.11-13.11			
20	Передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча со сменой мест и с отскоком от пола.	08.11-13.11			
21	Броски по кольцу после ловли и ведения мяча.	15.11-20.11			
22	Ловля мяча после отскока от щита с последующим добиванием по кольцу.	15.11-20.11			
23	Перехват мяча во время передачи, во время ведения выравнивание и выбивание мяча .	22.11-27.11			
24	Броски мяча с разных точек.	22.11-27.11			
25	Подведение итогов за 1 триместр	29.11-04.12			
II триместр					
26	Беседа по технике безопасности на занятиях физической культуры. Штрафные броски.	29.11-04.12			
27	Тактические действия в нападении.	29.11-04.12			
28	Тактические действия в защите.	06.12-11.12			
29	Броски мяча в кольцо (контроль).	06.12-11.12			
30	Учебная игра. Правила игры в баскетбол.	13.12-18.12			
31	Учебная игра. Судейство игры.	20.12-25.12			
32	Акробатические упражнения. Модуль «Школьный урок» Воспитание трудолюбия и стремления к творчеству.	27.12-28.12			
33	Акробатическое соединение.	27.12-28.12			
34	Лазание по канату. Методика подбора упражнений на развитие силы.	10.01-15.01			
35	Гимнастическая полоса препятствия.	10.01-15.01			
36	Стойки и перемещения в волейболе. Передача мяча.	17.01-22.01			
37	Передача мяча сверху.	17.01-22.01			
38	Передача мяча снизу.	24.01-29.01			
39	Техника приема и передачи мяча.	24.01-29.01			
40	Подача мяча. Учебная игра.	31.01-5.02			
41	Прием подачи . Игра «Пионербол».	07.02-12.02			
42	Нападающий удар (пионербол).	07.02-12.02			
43	Блокирование мяча (пионербол).	14.02-19.02			

	Модуль «Школьный урок» Воспитание чувства коллективизма.				
44	Беседа по технике безопасности на уроках физической культуры. Комплекс упражнений УГ	21.02-26.02			
45	Подведение итогов за 2 триместр.	28.02-05.03			
	III триместр				
46	Беседа по технике безопасности на занятиях физической культуры. Тактические действия в нападении.	28.02-05.03			
47	Тактические действия в защите.	28.02-05.03			
48	Передача мяча сверху и снизу (контроль).	07.03-12.03			
49	Подача мяча (контроль).	07.03-12.03			
50	Учебная игра. Правила игры в волейбол.	14.03-19.03			
51	Учебная игра. Судейство игры.	14.03-19.03			
52	Учебная игра. Модуль «Школьный урок» Воспитания доброжелательного, уважительного отношения к окружающим	21.03-23.03			
53	Беседа по технике безопасности на уроках легкой атлетики. Комплекс упражнений на коррекцию осанки.	21.03-23.03			
54	Прыжки в длину с места (норматив ГТО).	04.04-09.04			
55	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа(норматив ГТО).	04.04-09.04			
56	Поднимание туловища за 1 мин. (норматив ГТО).	04.04-09.04			
57	Провести тест на гибкость. Развитие гибкости (норматив ГТО)	11.04-16.04			
58	Медленный бег по 5 минут. Подтягивание на перекладине . Модуль «Школьный урок» Воспитание патриотизма.	11.04-16.04			
59	Челночный бег 3 по 10 м. Развитие быстроты	18.04-23.04			
60	Низкий старт. Стартовый разгон. Бег 60м .	18.04-23.04			
61	Бег 60 м на результат (норматив ГТО).	25.04-30.04			
62	Метание мяча с разбега. Бег 500 м .	25.04-30.04			
63	Метание малого мяча (норматив ГТО).	04.05-07.05			
64	Бег 1000 м.Развитие выносливости.	04.05-07.05			
65	Бег 1500 м. (норматив ГТО).	9.05.14.05			
66	Оздоровительные системы физической культуры. Развитие силы.	16.05-24.05			
67	Подтягивание на перекладине (норматив ГТО).	16.05-24.05			
68	Основы самостоятельной подготовки к соревновательной деятельности. Эстафета с этапами.	23.05-28.05			
69	Круговая эстафета.	23.05-28.05			
70	Подведение итогов 3триместра. Подведение итогов года.	30.05-31.05			

Календарно- тематический план 7 классов.

№ урока	Тема урока	Дата план	Фактически	
			7а	7б
	I триместр			
1	Инструктаж по техники безопасности на занятиях по легкой атлетики. Низкий старт. Эстафета.	01.09-4.09		
2	Низкий старт. Бег 60 м. Правила оказания ПМП при травмах.	01.09-4.09		
3	Челночный бег 3x10 м. (норматив ГТО).	06.09-18.09		
4	Прыжок в длину с места . Модуль «Школьный урок» Здоровый образ жизни.	06.09-18.09		
5	Метание мяча с разбега.	13.09-18.09		
6	Бег на 60 м (норматив ГТО).	13.09-18.09		
7	Бег 1000 м. Развитие выносливости.	20.09-25.09		
8	Развитие выносливости. Бег 1500 м (норматив ГТО).	20.09-25.09		
9	Метание малого мяча. Развитие силы. (норматив ГТО)	27.09-02.09		
10	Прыжок в длину с места (норматив ГТО). Подтягивание на перекладине.	27.09-02.09		
11	Поднимание туловища за 1 мин. Развитие силы (норматив ГТО).	04.10-09.10		
12	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (норматив ГТО).	04.10-09.10		
13	Проведение теста на гибкость (норматив ГТО). Развитие силы.	11.10-16.10		
14	Подтягивание на перекладине (норматив ГТО). Эстафета с мячами.	11.10-16.10		
15	Комплекс упражнений для формирования правильной осанки. Игра «Пионербол».	11.10-16.10		
16	Беседа по технике безопасности на занятиях баскетболом. Техника передачи и ловли мяча.	18.11-23.11		
17	Стойки, перемещения, остановки, повороты в баскетболе. Техника ведения и передачи мяча в движении.	18.10-23.10		
18	Техника ведения мяча с изменением скорости и высоты отскока мяча.	18.10-23.10		
19	Ведение мяча «змейкой» и броски по кольцу после ведения. Модуль «Школьный урок» Воспитание взаимопомощи, взаимопонимания.	08.11-13.11		
20	Передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча со сменой мест и с отскоком от пола.	08.11-13.11		
21	Броски по кольцу после ловли и ведения мяча.	15.11-20.11		
22	Ловля мяча после отскока от щита с последующим добиванием по кольцу.	15.11-20.11		
23	Перехват мяча во время передачи, во время ведения выравнивание и выбивание мяча .	22.11-27.11		
24	Броски мяча с разных точек.	22.11-27.11		
25	Подведение итогов за 1 триместр	29.11-04.12		
	II триместр			
26	Беседа по технике безопасности на занятиях физической культуры. Штрафные броски.	29.11-04.12		

27	Тактические действия в нападении.	29.11-04.12		
28	Тактические действия в защите.	06.12-11.12		
29	Броски мяча в кольцо (контроль).	06.12-11.12		
30	Учебная игра. Правила игры в баскетбол.	13.12-18.12		
31	Учебная игра. Судейство игры.	20.12-25.12		
32	Акробатические упражнения. Модуль «Школьный урок» Воспитание трудолюбия и стремления к творчеству.	27.12-28.12		
33	Акробатическое соединение.	27.12-28.12		
34	Лазание по канату. Методика подбора упражнений на развитие силы.	10.01-15.01		
35	Гимнастическая полоса препятствия.	10.01-15.01		
36	Стойки и перемещения в волейболе. Передача мяча.	17.01-22.01		
37	Передача мяча сверху.	17.01-22.01		
38	Передача мяча снизу.	24.01-29.01		
39	Техника приема и передачи мяча.	24.01-29.01		
40	Подача мяча. Учебная игра.	31.01-5.02		
41	Прием подачи . Игра «Пионербол».	07.02-12.02		
42	Нападающий удар (пионербол).	07.02-12.02		
43	Блокирование мяча (пионербол). Модуль «Школьный урок» Воспитание чувства коллективизма.	14.02-19.02		
44	Беседа по технике безопасности на уроках физической культуры. Комплекс упражнений УГ	21.02-26.02		
45	Подведение итогов за 2 триместр.	28.02-05.03		
	III триместр			
46	Беседа по технике безопасности на занятиях физической культуры. Тактические действия в нападении.	28.02-05.03		
47	Тактические действия в защите.	28.02-05.03		
48	Передача мяча сверху и снизу (контроль).	07.03-12.03		
49	Подача мяча (контроль).	07.03-12.03		
50	Учебная игра. Правила игры в волейбол.	14.03-19.03		
51	Учебная игра. Судейство игры.	14.03-19.03		
52	Учебная игра. Модуль «Школьный урок» Воспитания доброжелательного, уважительного отношения к окружающим	21.03-23.03		
53	Беседа по технике безопасности на уроках легкой атлетики. Комплекс упражнений на коррекцию осанки.	21.03-23.03		
54	Прыжки в длину с места (норматив ГТО).	04.04-09.04		
55	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа(норматив ГТО).	04.04-09.04		
56	Поднимание туловища за 1 мин. (норматив ГТО).	04.04-09.04		
57	Провести тест на гибкость. Развитие гибкости (норматив ГТО)	11.04-16.04		
58	Медленный бег по 5 минут. Подтягивание на перекладине . Модуль «Школьный урок» Воспитание патриотизма.	11.04-16.04		

59	Челночный бег 3 по 10 м. Развитие быстроты	18.04-23.04		
60	Низкий старт. Стартовый разгон. Бег 60м .	18.04-23.04		
61	Бег 60 м на результат (норматив ГТО).	25.04-30.04		
62	Метание мяча с разбега. Бег 500 м .	25.04-30.04		
63	Метание малого мяча (норматив ГТО).	04.05-07.05		
64	Бег 1000 м.Развитие выносливости.	04.05-07.05		
65	Бег 1500 м. (норматив ГТО).	9.05.14.05		
66	Оздоровительные системы физической культуры. Развитие силы.	16.05-24.05		
67	Подтягивание на перекладине (норматив ГТО).	16.05-24.05		
68	Основы самостоятельной подготовки к соревновательной деятельности. Эстафета с этапами.	23.05-28.05		
69	Круговая эстафета.	23.05-28.05		
70	Подведение итогов 3триместра. Подведение итогов года.	30.05-31.05		
№ урока	Тема урока	Дата план	Фактически	
	I триместр		7в	
1	Беседа по технике безопасности на занятиях легкой атлетики. Высокий старт. Эстафета	01.09-04.09		
2	Правила выбора одежды и обуви на занятиях физической культуры. Высокий старт. Бег 30м.	01.09-04.09		
3	Низкий старт. Бег 60 м.	06.09-11.09		
4	Скоростно-силовая подготовка. Модуль «Школьный урок» Здоровый образ жизни.	06.09-11.09		
5	Прыжки в длину с места (норматив ГТО)	06.09-11.09		
6	Развитие быстроты.	13.09-18.09		
7	Бег 60 м.	13.09-18.09.		
8	Метание мяча с разбега.	13.09-18.09		
9	Метание мяча с разбега.(норматив ГТО)	20.09-25.09		
10	Подтягивание на перекладине. (ГТО).	20.09-25.09		
11	Бег 1000м. Развитие выносливости.	20.09-25.09		
12	Бег 1500 м.	27.09-02.10		
13	Силовая подготовка.	27.09-02.10		
14	Поднимание туловища за 1 мин.	27.09-02.10		
15	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (норматив ГТО) . Игра «Пионербол».	04.10-09.10		
16	Провести тест на гибкость (норматив ГТО). Игра «Перестрелка».	04.10-09.10		
17	Челночный бег 3 по 10м.	04.10-09.10		
18	Развитие координации движения	11.10-16.10		
19	Ловля и передача мяча в баскетболе.	11.10-16.10		
20	Ведение и передача мяча в движении.	11.10-16.10		
21	Броски по кольцу после ведения.	18.10-23.10		
22	Игра с элементами ведения мяча и бросков.	18.10-23.10		
23	Эстафета с элементами баскетбола.	18.10-23.10		
24	Игра «Пионербол»	25.10-28.10		
25	Учебная игра в баскетбол.	25.10-28.10		
26	Правила оказания ПМП. Учебная игра.	25.10-28.10		

27	Беседа по технике безопасности на занятиях гимнастики. Комплекс подбора упражнений типа зарядки.	08.11-13.11	
28	Кувырок вперед и назад.	08.11-13.11	
29	Стойка на лопатках.	08.11-13.11	
30	Гимнастический мост. Модуль «Школьный урок» Воспитание взаимопомощи, взаимопонимания.	15.11-20.11	
31	Акробатическое соединение.	15.11-20.11	
32	Акробатическое соединение	15.11-20.11	
33	Упражнения и комбинация на равновесие.	22.11-27.11	
34	Развитие гибкости.	22.11-27.11	
35	Силовая подготовка.	22.11-27.11	
36	Подведение итогов 1 триместра.	29.11-04.12	
II триместр			
37	Правила техники безопасности на уроках физической культуры. Лазание по канату.	29.11-04.12	
38	Лазание по канату.	29.11-04.12	
39	Лазание по канату.	06.12-11.12	
40	Комплекс корригирующих упражнений на осанку.	06.12-11.12	
41	Олимпийское движение.	06.12-11.12	
42	Комплекс упражнений и прыжки с гимнастической скакалкой.	13.12-18.12	
43	Гимнастическая эстафета.	13.12-18.12	
44	Прыжки со скакалкой. Модуль «Школьный урок» Воспитание трудолюбия и стремления к творчеству.	13.12-18.12	
45	Элементы полосы препятствия.	20.12-25.12	
46	Силовая подготовка.	20.12-25.12	
47	Преодоление гимнастической полосы препятствия (5-6 препятствий).	20.12-25.12	
48	Поднимание ног до угла 90 градусов на гимнастической стенке.	27.12-28.12	
49	Беседа по технике безопасности на уроках спортивных игр. Стойки и перемещения в баскетболе. Эстафета с мячами.	10.01-15.01	
50	Стойки, перемещения, остановки, повороты в баскетболе.	10.01-15.01	
51	Ловля и передача мяча двумя руками от груди.	10.01-15.01.	
52	Передача одной от плеча.	17.01-22.01	
53	Развитие силы. Игра «Переда -садись».	17.01-22.01	
54	Передача мяча в движении. Игра «Борьба за мяч».	17.01-22.01	
55	Ведение мяча в движении.	24.01-29.01	
56	Эстафета с ведением мяча. Модуль «Школьный урок» Воспитание чувства коллективизма.	24.01-29.01	
57	Броски мяча в кольцо.	24.01-29.01	
58	Броски мяча после ведения.	31.01-05.02.	
59	Штрафные броски.	31.01-05.02.	
60	Игра «Мяч ловцу».	31.01-05.02	
61	. Броски мяча.(контроль)	07.02-12.02	
62	Учебная игра в баскетбол. Правила игры в баскетбол.	07.02-12.02	
63	Учебная игра.	07.02-12.02	

64	Стойки, перемещения в волейболе. Эстафета с мячами.	14.02-19.02.	
65	Передача мяча сверху.	14.02-19.02	
66	Игра «Перестрелка». Воспитание патриотизма.	14.02-19.02	
67	Передача мяча снизу.	21.02-26.02	
68	Игра «Пионербол».	21.02-26.02	
69	Подведение итогов 2 триместра.	21.02-26.02	
III триместр			
70	Правила техники безопасности на уроках физической культуры. Игра «Скакуны».	28.02-05.03	
71	Подача мяча.	28.02-05.03	
72	Прием подачи мяча.	28.02-05.03.	
73	Игра «Пионербол».	07.03-12.03	
74	Передача и подача мяча.	07.03-12.03	
75	Нападающий удар. Игра «Пионербол».	07.03-12.03	
76	Игра «Пионербол». Модуль «Школьный урок» Воспитание чувства товарищества.	14.03-19.03	
77	Учебная игра. Правила игры в волейбол.	14.03-19.03	
78	Учебная игра. Судейство игры в волейбол.	14.03-19.03	
79	Учебная игра.	21.03-23.03	
80	Беседа по технике безопасности на уроках легкой атлетики. Олимпийские игры.	04.04-09.04	
81	Скоростно-силовая подготовка.	04.04-09.04.	
82	Прыжки в длину с места (норматив ГТО).	04.04-09.04.	
83	Силовая подготовка.	11.04-16.04.	
84	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.(норматив ГТО)	11.04-16.04.	
85	Поднимание туловища за 30 сек. (норматив ГТО).	11.04-16.04.	
86	Развитие гибкости. Игра «Пионербол».	18.04-23.04.	
87	Провести тест на гибкость (норматив ГТО). Встречная эстафета.	18.04-23.04.	
88	Медленный бег по 5 минут. Подтягивание на перекладине.	18.04-23.04	
89	Развитие быстроты. Эстафета с предметами.	25.04-30.04	
90	Челночный бег 3 по 10 м. (норматив ГТО)	25.04-30.04	
91	Низкий старт. Стартовый разгон. Бег 60м	25.04-30.04.	
92	Бег 60 м на результат (норматив ГТО).	02.05-07.05.	
93	Развитие координации движения.	02.05-07.05	
94	Метание мяча с 3-5 шагов разбега. Бег 500 м	02.05-07.05	
95	Метание мяча (норматив ГТО).	09.05-14.05	
96	Развитие выносливости. Модуль «Школьный урок» Воспитания доброжелательного, уважительного отношения к окружающим.	09.05-14.05	
97	Бег 1000 м. Игра «Перестрелка».	09.05-14.05	
98	Бег 1500м.(норматив ГТО).	16.05-21.05	
99	Методика подбора упражнений на коррекцию осанки.	16.05-21.05	
100	Развитие силы. Поднимание ног до угла 90 градусов из виса.	16.05-21.05	
101	Подтягивание на перекладине (норматив ГТО).	23.05-28.05	

102	Основы самостоятельной подготовки к соревновательной деятельности.	23.05-28.05	
103	Эстафета с этапами.	23.05-28.05	
104	Круговая эстафета.	30.05-31.05	
105	Подведение итогов за год.	30.05-31.05	

Календарно-тематический план 8 класса.

№ урока	Тема урока	Дата план	Фактически	
			8а	8б
	I триместр			
1	Инструктаж по техники безопасности на занятиях по легкой атлетики. Низкий старт. Эстафета.	01.09-4.09		
2	Низкий старт. Бег 60 м. Правила оказания ПМП при травмах.	01.09-4.09		
3	Челночный бег 3х10 м. (норматив ГТО).	06.09-18.09		
4	Прыжок в длину с места .	06.09-18.09		
5	Метание мяча с разбега.	13.09-18.09		
6	Бег на 60 м (норматив ГТО). Модуль «Школьный урок» Здоровый образ жизни.	13.09-18.09		
7	Бег 1000 м. Развитие выносливости.	20.09-25.09		
8	Развитие выносливости. Бег 1500 м (норматив ГТО).	20.09-25.09		
9	Метание малого мяча. Развитие силы. (норматив ГТО)	27.09-02.09		
10	Прыжок в длину с места (норматив ГТО). Подтягивание на перекладине.	27.09-02.09		
11	Поднимание туловища за 1 мин. Развитие силы (норматив ГТО).	04.10-09.10		
12	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (норматив ГТО).	04.10-09.10		
13	Проведение теста на гибкость (норматив ГТО). Развитие силы.	11.10-16.10		
14	Подтягивание на перекладине (норматив ГТО). Эстафета с мячами.	11.10-16.10		
15	Комплекс упражнений для формирования правильной осанки. Игра «Пионербол».	11.10-16.10		
16	Беседа по технике безопасности на занятиях баскетболом. Техника передачи и ловли мяча.	18.11-23.11		
17	Стойки, перемещения, остановки, повороты в баскетболе. Техника ведения и передачи мяча в движении.	18.10-23.10		
18	Техника ведения мяча с изменением скорости и высоты отскока мяча.	18.10-23.10		
19	Ведение мяча «змейкой» и броски по кольцу после ведения. Модуль «Школьный урок» Воспитание взаимопомощи, взаимопонимания.	08.11-13.11		

20	Передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча со сменой мест и с отскоком от пола.	08.11-13.11		
21	Броски по кольцу после ловли и ведения мяча.	15.11-20.11		
22	Ловля мяча после отскока от щита с последующим добиванием по кольцу.	15.11-20.11		
23	Перехват мяча во время передачи, во время ведения выравнивание и выбивание мяча .	22.11-27.11		
24	Броски мяча с разных точек.	22.11-27.11		
25	Подведение итогов за 1 триместр	29.11-04.12		
II триместр				
26	Беседа по технике безопасности на занятиях физической культуры. Штрафные броски.	29.11-04.12		
27	Тактические действия в нападении.	29.11-04.12		
28	Тактические действия в защите.	06.12-11.12		
29	Броски мяча в кольцо (контроль).	06.12-11.12		
30	Учебная игра. Правила игры в баскетбол.	13.12-18.12		
31	Учебная игра. Судейство игры.	20.12-25.12		
32	Акробатические упражнения. Модуль «Школьный урок» Воспитание трудолюбия и стремления к творчеству.	27.12-28.12		
33	Акробатическое соединение.	27.12-28.12		
34	Лазание по канату. Методика подбора упражнений на развитие силы.	10.01-15.01		
35	Гимнастическая полоса препятствия.	10.01-15.01		
36	Стойки и перемещения в волейболе. Передача мяча.	17.01-22.01		
37	Передача мяча сверху.	17.01-22.01		
38	Передача мяча снизу.	24.01-29.01		
39	Техника приема и передачи мяча.	24.01-29.01		
40	Подача мяча. Учебная игра.	31.01-5.02		
41	Прием подачи . Игра «Волейбол».	07.02-12.02		
42	Нападающий удар (волейбол).	07.02-12.02		
43	Блокирование мяча (волейбол). Модуль «Школьный урок» Воспитание чувства коллективизма.	14.02-19.02		
44	Беседа по технике безопасности на уроках физической культуры. Комплекс упражнений УГ	21.02-26.02		
45	Подведение итогов за 2 триместр.	28.02-05.03		
III триместр				
46	Беседа по технике безопасности на занятиях физической культуры. Тактические действия в нападении.	28.02-05.03		
47	Тактические действия в защите.	28.02-05.03		
48	Передача мяча сверху и снизу (контроль).	07.03-12.03		
49	Подача мяча (контроль).	07.03-12.03		
50	Учебная игра. Правила игры в волейбол.	14.03-19.03		
51	Учебная игра. Судейство игры.	14.03-19.03		
52	Учебная игра. Модуль «Школьный урок» Воспитания доброжелательного, уважительного отношения к окружающим	21.03-23.03		
53	Беседа по технике безопасности на уроках легкой	21.03-23.03		

	атлетики. Комплекс упражнений на коррекцию осанки.			
54	Прыжки в длину с места (норматив ГТО).	04.04-09.04		
55	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа(норматив ГТО).	04.04-09.04		
56	Поднимание туловища за 1 мин. (норматив ГТО).	04.04-09.04		
57	Провести тест на гибкость. Развитие гибкости (норматив ГТО)	11.04-16.04		
58	Медленный бег по 5 минут. Подтягивание на перекладине . Модуль «Школьный урок» Воспитание патриотизма.	11.04-16.04		
59	Челночный бег 3 по 10 м. Развитие быстроты	18.04-23.04		
60	Низкий старт. Стартовый разгон. Бег 60м .	18.04-23.04		
61	Бег 60 м на результат (норматив ГТО).	25.04-30.04		
62	Метание мяча с разбега. Бег 500 м .	25.04-30.04		
63	Метание малого мяча (норматив ГТО).	04.05-07.05		
64	Бег 1000 м.Развитие выносливости.	04.05-07.05		
65	Бег 1500 м. (норматив ГТО).	9.05.14.05		
66	Оздоровительные системы физической культуры. Развитие силы.	16.05-24.05		
67	Подтягивание на перекладине (норматив ГТО).	16.05-24.05		
68	Основы самостоятельной подготовки к соревновательной деятельности. Эстафета с этапами.	23.05-28.05		
69	Круговая эстафета.	23.05-28.05		
70	Подведение итогов 3триместра. Подведение итогов года.	30.05-31.05		

Календарно- тематический план 9 классов

№ урока	Тема урока	Дата план	Фактически	
			8а	8б
	І триместр			
1	Инструктаж по техники безопасности на занятиях по легкой атлетики. Низкий старт. Эстафета.	01.09-4.09		
2	Низкий старт. Бег 60 м. Правила оказания ПМП при травмах.	01.09-4.09		
3	Челночный бег 3x10 м. (норматив ГТО).	06.09-18.09		
4	Прыжок в длину с места . Модуль «Школьный урок» Здоровый образ жизни.	06.09-18.09		
5	Метание мяча с разбега.	13.09-18.09		
6	Бег на 60 м (норматив ГТО).	13.09-18.09		
7	Бег 1000 м. Развитие выносливости.	20.09-25.09		
8	Развитие выносливости. Бег 1500 м (норматив ГТО).	20.09-25.09		
9	Метание малого мяча. Развитие силы. (норматив ГТО)	27.09-02.09		
10	Прыжок в длину с места (норматив ГТО). Подтягивание на перекладине.	27.09-02.09		
11	Поднимание туловища за 1 мин. Развитие силы (норматив ГТО).	04.10-09.10		

12	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (норматив ГТО).	04.10-09.10		
13	Проведение теста на гибкость (норматив ГТО). Развитие силы.	11.10-16.10		
14	Подтягивание на перекладине (норматив ГТО). Эстафета с мячами.	11.10-16.10		
15	Комплекс упражнений для формирования правильной осанки. Игра «Пионербол».	11.10-16.10		
16	Беседа по технике безопасности на занятиях баскетболом. Техника передачи и ловли мяча.	18.11-23.11		
17	Стойки, перемещения, остановки, повороты в баскетболе. Техника ведения и передачи мяча в движении.	18.10-23.10		
18	Техника ведения мяча с изменением скорости и высоты отскока мяча.	18.10-23.10		
19	Ведение мяча «змейкой» и броски по кольцу после ведения. Модуль «Школьный урок» Воспитание взаимопомощи, взаимопонимания.	08.11-13.11		
20	Передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча со сменой мест и с отскоком от пола.	08.11-13.11		
21	Броски по кольцу после ловли и ведения мяча.	15.11-20.11		
22	Ловля мяча после отскока от щита с последующим добиванием по кольцу.	15.11-20.11		
23	Перехват мяча во время передачи, во время ведения выравнивание и выбивание мяча .	22.11-27.11		
24	Броски мяча с разных точек.	22.11-27.11		
25	Подведение итогов за 1 триместр	29.11-04.12		
II триместр				
26	Беседа по технике безопасности на занятиях физической культуры. Штрафные броски.	29.11-04.12		
27	Тактические действия в нападении.	29.11-04.12		
28	Тактические действия в защите.	06.12-11.12		
29	Броски мяча в кольцо (контроль).	06.12-11.12		
30	Учебная игра. Правила игры в баскетбол.	13.12-18.12		
31	Учебная игра. Судейство игры.	20.12-25.12		
32	Акробатические упражнения. Модуль «Школьный урок» Воспитание трудолюбия и стремления к творчеству.	27.12-28.12		
33	Акробатическое соединение.	27.12-28.12		
34	Лазание по канату. Методика подбора упражнений на развитие силы.	10.01-15.01		
35	Гимнастическая полоса препятствия.	10.01-15.01		
36	Стойки и перемещения в волейболе. Передача мяча.	17.01-22.01		
37	Передача мяча сверху.	17.01-22.01		
38	Передача мяча снизу.	24.01-29.01		
39	Техника приема и передачи мяча.	24.01-29.01		
40	Подача мяча. Учебная игра.	31.01-5.02		
41	Прием подачи . Игра «Волейбол».	07.02-12.02		
42	Нападающий удар (волейбол).	07.02-12.02		
43	Блокирование мяча (волейбол).	14.02-19.02		

	Модуль «Школьный урок» Воспитание чувства коллективизма.			
44	Беседа по технике безопасности на уроках физической культуры. Комплекс упражнений УГ	21.02-26.02		
45	Подведение итогов за 2 триместр.	28.02-05.03		
	III триместр			
46	Беседа по технике безопасности на занятиях физической культуры. Тактические действия в нападении.	28.02-05.03		
47	Тактические действия в защите.	28.02-05.03		
48	Передача мяча сверху и снизу (контроль).	07.03-12.03		
49	Подача мяча (контроль).	07.03-12.03		
50	Учебная игра. Правила игры в волейбол.	14.03-19.03		
51	Учебная игра. Судейство игры.	14.03-19.03		
52	Учебная игра. Модуль «Школьный урок» Воспитания доброжелательного, уважительного отношения к окружающим	21.03-23.03		
53	Беседа по технике безопасности на уроках легкой атлетики. Комплекс упражнений на коррекцию осанки.	21.03-23.03		
54	Прыжки в длину с места (норматив ГТО).	04.04-09.04		
55	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа(норматив ГТО).	04.04-09.04		
56	Поднимание туловища за 1 мин. (норматив ГТО).	04.04-09.04		
57	Провести тест на гибкость. Развитие гибкости (норматив ГТО)	11.04-16.04		
58	Медленный бег по 5 минут. Подтягивание на перекладине . Модуль «Школьный урок» Воспитание патриотизма.	11.04-16.04		
59	Челночный бег 3 по 10 м. Развитие быстроты	18.04-23.04		
60	Низкий старт. Стартовый разгон. Бег 60м .	18.04-23.04		
61	Бег 60 м на результат (норматив ГТО).	25.04-30.04		
62	Метание мяча с разбега. Бег 500 м .	25.04-30.04		
63	Метание малого мяча (норматив ГТО).	04.05-07.05		
64	Бег 1500 м.Развитие выносливости.	04.05-07.05		
65	Бег 2000 м. (норматив ГТО).	9.05.14.05		
66	Оздоровительные системы физической культуры. Развитие силы.	9.05.14.05		
67	Подтягивание на перекладине (норматив ГТО).	16.05-24.05		
68	Основы самостоятельной подготовки к соревновательной деятельности. Эстафета с этапами.	16.05-24.05		
69	Круговая эстафета.	23.05-28.05		
70	Подведение итогов 3триместра. Подведение итогов года.	23.05-28.05		

4) Добавляются в раздел «требования к уровню подготовки обучающихся» (личностные результаты) следующие пункты:

- Формировать понимание влияния возрастных особенностей организма и его двигательной функции на физическое развитие и физическую подготовленность;
- уметь анализировать техники физических упражнений, их освоение и выполнение по показ
- - знать значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки, развитие силовых способностей и гибкости;
- - владеть знаниями техники безопасности при проведении занятий и соревнований;
- уметь выполнять общеподготовительные и подводящие упражнения, двигательные действия в разнообразных игровых и соревновательных ситуациях;
- владеть техникой выполнения тестовых испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)