**Календарно-тематическое планирование уроков физической культуры.**

**9 класс**

**1 четверть(24 ч.).**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Темы уроков** | **Час** | **Дата** | **факт** | **Содержание** | **Характеристика деятельности учащихся** | |
| 1-2 | ТБЛегкая атлетика. Кроссовая подготовка на свежем воздухе | 2 | 3-7.09 |  | Описывают технику выполнения беговых упраж-й, осваивают самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения, выбирают индивидуальный режим | | |
| 3-4 | Бег на30 м  -от70-80м | 2 | 7-10.09 |  |
| 5-6 | Комплекс ГТО | 2 | 14-14.09 |  |
| 7-8 | Эстафета 4х100 на время | 2 | 17-21.09 |  | Передача эстафетной палки | Применяют разученные упражнения для развития скоростно-силовых способностей | |
| 9-10 | Эстафета 4х400 на время | 2 | 21-24.09 |  | Передача эстафетной палки |
| 11-12 | Челночный бег 3х10 | 2 | 28-28.09 |  | Применяют разученные упражнения для развития скоростно-силовых способностей | | |
| 13-14 | Прыжки в длину с 11-13 шагов с разбега | 2 | 1-5.10 |  | Описывают технику выполнения прыжковых упраж-й, осваивают самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения, выбирают индивидуальный режим. Демонстрируют вариативное выполнение прыжковых упражн-й | | |
| 15-16 | Совершенствование в высоту с 7-9 шагов с разбега | 2 | 5-8.10 |  | Описывают технику выполнения прыжковых упраж-й, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. | | |
| 17-18 | Тестирование прыжковых упражнений (высота,длина) | 2 | 12-12.10 |  |  | Измеряют результаты, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. | |
| 19-20 | Овладение метания М/мяча в цель и на дальность | 2 | 15-19.10 |  | Теннис/мяч и малого мяча расстояние 12-14м,  2. бросок набивного мяча 2 кг двумя руками из разных И.п. | Описывают технику выполнения метательных упражнений, осваивают ее самостоятельно, демонстрируют вариативное выполнение метательных упражнений | |
| 21 | Овладение организаторскими умениями | 1 | 19.10 |  | Измерение результатов; подача команд, демонстрация упражнений | Составляют совместно с учителем простейшие комбинации упраж-й, измеряют результаты, помогают их оценивать и проводить соревнование. Соблюдают правила соревнования | |
| 22-23 | Совершенствование кувырок вперед и назад | 2 | 22-26.10 |  | Поворот в упор стоя на одном колене | Описывают технику акробатических упраж-й и составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений | |
| 24 | Упражнения с партнером | 1 | 26.10 |  | Самостоятельно и с помощью | | технику акробатических упраж-й и составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений |
| **2 четверть(24ч.).** | | | | | | | |
| 25 | ТБ Гимнастика акробатика  ОРУ с повышенной амплитудой | 1 | 5.11 |  | Для плечевых, локтевых,  Тазобедренных ,коленных суставов и позвоночника | | Развитие гибкости |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 26 | Знание ФК ОРУ для развития координационных способностей | 1 | 9.11 |  | Страховка и помощь во время занятий; техника безопасности | Раскрывают значение ОРУ для правильной осанки, развития Физич качеств. Оказывать страховку и помощь во время занятий |
| 27-28 | Совершенствование кувырка вперед и назад | 2 | 9-11.11 |  | Упражнения с мячом, с лентой | Составление простейших комбинаций упражнений |
| 29-30 | Равновесие на гимнастической скамейке (бревне) | 2 | 16-16.11 |  | ОРУ с предметами и без предметов с различными способами ходьбы, прыжков,вращений | Используют упражнения для развития координационных способностей |
| 31-32 | Стойка на лопатках  Стойка на руках | 2 | 19-23.11 |  | Стойка на голве согнутыми ногами  «солнышко» | составляют гимнастические комбинации из числа разученных упраж-й |
| 33-34 | «Мост» и поворот в упор стоя на одном колене | 2 | 23-26.11 |  | Развитие гибкости | составляют гимнастические комбинации из числа разученных упраж-й |
| 35-36 | Лазанье по канату | 2 | 30-30.11 |  | 3-мя способами лазания | Развитие силовых способностей и силовой выносливости |
| 37-38 | Освоение и совершенствование висов и упоров | 2 | 3-7.12 |  | Девочки:из упора на нижней жерди опускание вперед в вис присев  2.Вис прогнувшись на нижней жерди с опорой ног о верхнюю; переход в упор на нижнюю жердь | Описывают технику данных упражнений и составляют гимнастические комбинации из числа разученных упраж-й |
| 39-40 | Опорные прыжки | 2 | 7-10.12 |  | Девочки прыжок боком с поворотом на 90 гр (конь в ширину, высота 110см | Описывают технику данных упражнений и составляют гимнастические комбинации из разученных упражнений |
| 41-42 | Национальны подвижные игры  Ойбонно туьумэ» «таарыйтырыма» | 2 | 10-13.12 |  | (мяч на резинке) | для развития координационных способностей |
| 43-44 | Национальные прыжки «куобах «кылыы» «ыстана» | 2 | 17-21.12 |  | Норматив «Эрэл» | Описывают технику выполнения прыжковых упраж-й, осваивают самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения, выбирают индивидуальный режим. |
| 45-46 | Элементы единоборства.  Захваты рук и туловища. Освобождение от захватов | 2 | 21-24.12 |  | «выталкивание из круга» «бой Петухов» «перетягивание в парах» | Овладение техникой приемов единоборства |
| 47-48 | Перетягивание палки | 2 | 28-28.12 |  |  |  |

**3 четверть.(30 ч.).**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Темы уроков** | **Час** | **Дата** | **факт** |  |  |
| 49 | ТБ во время Спортивных игр  Знание ФК История баскетбола | 1 |  |  | Основные правила игры. Основные приемы | Изучают историю баскетбола, запоминают имена выдающихся спортсменов- олимпийских чемпионов |
| 50 | Прием и передача мяча на месте и в движении | 1 |  |  | Дальнейшее закрепление техники передвижений, остановок, поворотов и стоек | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Соблюдают правила безопасности |
| 51 | Прием и передача мяча двумя руками от груди | 1 |  |  | Дальнейшее закрепление техники ловли и передач мяча | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Соблюдают правила безопасности |
| 52 | Прием и пердача мяча одной рукой от плеча, | 1 |  |  | Дальнейшее закрепление техники ловли и передач мяча | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Соблюдают правила безопасности |
| 53 | Броски мяча в корзину на месте и в движении | 1 |  |  | Без сопротивления защитника (в парах, тройках, в круге,в квадрате) | Осваивают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно |
| 54 | Ведение мяча с изменением скорости | 1 |  |  | С пассивным сопротивлением защитника (в низкой средней и высокой стойке) | Взаимодействуют со сверстниками процессе освоения техники игровых действий. |
| 55 | Учебная игра баскетбол | 1 |  |  | Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола | Взаимодействуют со сверстниками процессе освоения техники игровых действий. |
| 56-57 | Тактика свободного нападения | 2 |  |  | Нападение быстрым прорывом Отдай мяч и выйди | Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности |
| 58-59 | Техника защиты. Перехват мяча | 2 |  |  | Вырывание и выбивание мяча | Осваивают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно |
| 60 | Учебная игра баскетбол | 1 |  |  | Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом (судейство) | Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности |
| 61 | ТБ Волейбол. Волейбол в наше время | 1 |  |  | Основные правила, приемы игры волейбол. ТБ, подвижныая игра «точно в цель» | Изучают историю волейбола, запоминают имена выдающихся спортсменов- олимпийских чемпионов |
| 62 | **Техника нижней прямой подачи** | 1 |  |  | Нижняя прямая подача с расстояния 3-6 м от сетки | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. |
| 63 | Техника нижней боковой подачи | 1 |  |  | подача с расстояния 3-6 м от сетки | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. |
| 64-65 | Совершенствование .Верхняя прямая подача | 2 |  |  | подача с расстояния 3-6 м от сетки | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. |
| 66-67 | Прием и передача мяча двумя руками сверху | 2 |  |  | Упражнения на быстроту и точность реакций (на месте, перемещением вперед, то же через сетку) | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. |
| 68-69 | Совершенствование приема и передача мяча двумя руками снизу | 2 |  |  | Упражнения на быстроту и точность реакций (на месте, перемещением вперед, то же через сетку) | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. |
| 70 | Учебная игра волейбол | 1 |  |  |  | Взаимодействуют со сверстниками процессе освоения техники игровых действий. |
| 71-72 | Техника владения мячом | 2 |  |  | Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар | Осваивают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно |
| 73-74 | Тактика свободного нападения | 2 |  |  | Позиционное нападение с изменением позиций. С набивными мячами с прыжком, метаниями в цель и на дальность | Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности |
| 75-76 | Совершенствование прямого нападающего удара | 2 |  |  | Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером (броски метания мячей разного веса) | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. |
| 77 | Лыжная подготовка ТБ. попеременный одношажный ход | 1 |  |  | Основные правила Зимние виды спорта. Виды лыжного спорта. Применение лыжных мазей | Соблюдают правила, чтобы избежать травм. |
| 78 | Подъем скользящим шагом и спуск с горки | 1 |  |  | «Плугом» «полуелочкой» «елочкой» | Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают самостоятельно, и устраняя типичные ошибки |
|  |  |  |  |  |  |  |

**4 четверть.(27ч.)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Темы уроков** | **Час** | **Дата** | **факт** | **Содержание** | **Деятельность учащихся** |
| 79 | Преодоление дистанции коньковым ходом | 1 |  |  | Дальнейшее закрепление техники | варьируют ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе прохождения дистанций |
| 80-81 | Техника одновременного бессажного хода | 2 |  |  | Дальнейшее закрепление техники передвижений, поворотов и стоек | Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают самостоятельно, и устраняя типичные ошибки |
| 82-83 | Преодоление дистанции 10км | 2 |  |  | Дальнейшее закрепление техники передвижений, поворотов и стоек | Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают самостоятельно, и устраняя типичные ошибки варьируют ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе прохождения дистанций |
| 84-85 | Подвижные игры на лыжах | 2 |  |  | «Гонки с преследованием» |  |
| 86 | ТБ История Футбола | 1 |  |  | П/игра для освоения передвижения и остановок | Изучают историю футбола, запоминают имена выдающихся спортсменов, Соблюдают правила, чтобы избежать травм.  Овладевают основными приемами игры футбол |
| 87-88 | Ведение мяча по прямой с изменением скорости и направления движения | 2 |  |  | (без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой) | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. |
| 89-90 | Техника ударов по воротам | 2 |  |  | Удары по воротам на точность, попадания мячом в цель | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. |
| 91-92 | Техника владения мячом | 2 |  |  | Комбинация: ведение,удар,пас,прием мяча,остановк,удар по воротам | Моделируют технику освоенных игровых действий и приемов |
| 93-94 | Тактика свободного нападения  Учебная игра футбол | 2 |  |  | Дальнейшее закрепление приемов тактики игры | осваивают самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. |
| 95-96 | ТБ Кроссовая подготовка  Кросс 5 км 10 км | 2 |  |  | Правила кроссовой подготовки, одежда, беговые упражнения осваивают , выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения, выбирают индивидуальный режим | |
| 97-98 | Бег 30м, 60м,100м;  Эстафета 4х100м | 2 |  |  | Описывают технику выполнения беговых упраж-й, ( передача эстафетной палочки) осваивают самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения, выбирают индивидуальный режим | |
| 99 | Прыжки в длину с разбега способом | 1 |  |  | Описывают технику выполнения прыжковых упраж-й, осваивают самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения, выбирают индивидуальный режим. Демонстрируют вариативное выполнение прыжковых упражн-й | |
| 100-101 | Прыжки в длину с разбега способом | 2 |  |  | Описывают технику выполнения прыжковых упраж-й, осваивают самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения, выбирают индивидуальный режим. Демонстрируют вариативное выполнение прыжковых упражн-й | |
| 102-103 | Тройной прыжок с разбега | 2 |  |  | Измеряют результаты, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе сдачи результатов | |
| 104-105 | ГТО | 2 |  |  | Применяют разученные упражнения для развития скоростно-силовых способностей | |

**Календарно-тематическое планирование уроков физической культуры.**

**8 класс**

**1 четверть(16 ч.).**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Темы уроков** | **Час** | **Дата** | **факт** | **Содержание** | **Характеристика деятельности учащихся** | |
| 1 | ТБЛегкая атлетика. Кроссовая подготовка на свежем воздухе | 1 | 7.09 |  | Описывают технику выполнения беговых упраж-й, осваивают самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения, выбирают индивидуальный режим | | |
| 2 | Бег на30 м  -от70-80м | 1 | 7.09 |  |
| 3-4 | Комплекс Эрэл | 2 | 14-14.09 |  |
| 5 | Эстафета 4х100 на время | 1 | 21.09 |  | Передача эстафетной палки | Применяют разученные упражнения для развития скоростно-силовых способностей | |
| 6 | Эстафета 4х400 на время | 1 | 21.09 |  | Передача эстафетной палки |
| 7 | Челночный бег 3х10 | 1 | 28.09 |  | Применяют разученные упражнения для развития скоростно-силовых способностей | | |
| 8 | Прыжки в длину с 11-13 шагов с разбега | 1 | 28.09 |  | Описывают технику выполнения прыжковых упраж-й, осваивают самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения, выбирают индивидуальный режим. Демонстрируют вариативное выполнение прыжковых упражн-й | | |
| 9-10 | Совершенствование в высоту с 7-9 шагов с разбега | 2 | 5-5.10 |  | Описывают технику выполнения прыжковых упраж-й, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. | | |
| 11-12 | Тестирование прыжковых упражнений (высота,длина) | 2 | 12-12.10 |  |  | Измеряют результаты, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. | |
| 13-14 | Овладение метания М/мяча в цель и на дальность | 2 | 19-19.10 |  | Теннис/мяч и малого мяча расстояние 12-14м,  2. бросок набивного мяча 2 кг двумя руками из разных И.п. | Описывают технику выполнения метательных упражнений, осваивают ее самостоятельно, демонстрируют вариативное выполнение метательных упражнений | |
| 15 | Овладение организаторскими умениями | 1 | 26.10 |  | Измерение результатов; подача команд, демонстрация упражнений | Составляют совместно с учителем простейшие комбинации упраж-й, измеряют результаты, помогают их оценивать и проводить соревнование. Соблюдают правила соревнования | |
| 16 | Совершенствование кувырок вперед и назад | 1 | 26.10 |  | Поворот в упор стоя на одном колене | Описывают технику акробатических упраж-й и составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений | |
| **2 четверть. (16ч.).** | | | | | | | |
| 17 | ТБ Гимнастика акробатика  ОРУ с повышенной амплитудой | 1 | 9.11 |  | Для плечевых, локтевых,  Тазобедренных ,коленных суставов и позвоночника | | Развитие гибкости |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 18 | Знание ФК ОРУ для развития координационных способностей | 1 | 9.11 |  | Страховка и помощь во время занятий; техника безопасности | Раскрывают значение ОРУ для правильной осанки, развития Физич качеств. Оказывать страховку и помощь во время занятий |
| 19-20 | Совершенствование кувырка вперед и назад | 2 | 16-16.11 |  | Упражнения с мячом, с лентой | Составление простейших комбинаций упражнений |
| 21 | Равновесие на гимнастической скамейке (бревне) | 1 | 23.11 |  | ОРУ с предметами и без предметов с различными способами ходьбы, прыжков,вращений | Используют упражнения для развития координационных способностей |
| 22 | Стойка на лопатках  Стойка на руках | 1 | 23.11 |  | Стойка на голве согнутыми ногами  «солнышко» | составляют гимнастические комбинации из числа разученных упраж-й |
| 23 | «Мост» и поворот в упор стоя на одном колене | 1 | 30.11 |  | Развитие гибкости | составляют гимнастические комбинации из числа разученных упраж-й |
| 24 | Лазанье по канату | 1 | 30.11 |  | 3-мя способами лазания | Развитие силовых способностей и силовой выносливости |
| 25-26 | Освоение и совершенствование висов и упоров | 2 | 7-7.12 |  | Девочки:из упора на нижней жерди опускание вперед в вис присев  2.Вис прогнувшись на нижней жерди с опорой ног о верхнюю; переход в упор на нижнюю жердь | Описывают технику данных упражнений и составляют гимнастические комбинации из числа разученных упраж-й |
| 27-28 | Опорные прыжки | 2 | 14-14.12 |  | Девочки прыжок боком с поворотом на 90 гр (конь в ширину, высота 110см | Описывают технику данных упражнений и составляют гимнастические комбинации из разученных упражнений |
| 29-30 | Национальны подвижные игры  Ойбонно туьумэ» «таарыйтырыма» | 2 | 21-21.12 |  | (мяч на резинке) | для развития координационных способностей |
| 31 | Национальные прыжки «куобах «кылыы» «ыстана» | 1 | 28.12 |  | Норматив «Эрэл» | Описывают технику выполнения прыжковых упраж-й, осваивают самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения, выбирают индивидуальный режим. |
| 32 | Элементы единоборства.  Захваты рук и туловища. Освобождение от захватов | 1 | 28.12 |  | «выталкивание из круга» «бой Петухов» «перетягивание в парах» | Овладение техникой приемов единоборства |
|  |  |  |  |  |  |  |

**3 четверть.(20 ч.).**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Темы уроков** | **Час** | **Дата** | **факт** |  |  |
| 33 | ТБ во время Спортивных игр  Знание ФК История баскетбола | 1 |  |  | Основные правила игры. Основные приемы | Изучают историю баскетбола, запоминают имена выдающихся спортсменов- олимпийских чемпионов |
| 34 | Прием и передача мяча на месте и в движении | 1 |  |  | Дальнейшее закрепление техники передвижений, остановок, поворотов и стоек | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Соблюдают правила безопасности |
| 35 | Броски мяча в корзину на месте и в движении | 1 |  |  | Без сопротивления защитника (в парах, тройках, в круге,в квадрате) | Осваивают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно |
| 36 | Ведение мяча с изменением скорости | 1 |  |  | С пассивным сопротивлением защитника (в низкой средней и высокой стойке) | Взаимодействуют со сверстниками процессе освоения техники игровых действий. |
| 37 | Учебная игра баскетбол | 1 |  |  | Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола | Взаимодействуют со сверстниками процессе освоения техники игровых действий. |
| 38 | Тактика свободного нападения | 1 |  |  | Нападение быстрым прорывом Отдай мяч и выйди | Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности |
| 39 | Техника защиты. Перехват мяча | 1 |  |  | Вырывание и выбивание мяча | Осваивают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно |
| 40 | Учебная игра баскетбол | 1 |  |  | Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом (судейство) | Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности |
| 41 | ТБ Волейбол. Волейбол в наше время | 1 |  |  | Основные правила, приемы игры волейбол. ТБ, подвижныая игра «точно в цель» | Изучают историю волейбола, запоминают имена выдающихся спортсменов- олимпийских чемпионов |
| 42 | **Техника нижней прямой подачи** | 1 |  |  | Нижняя прямая подача с расстояния 3-6 м от сетки | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. |
| 43 | Техника нижней боковой подачи | 1 |  |  | подача с расстояния 3-6 м от сетки | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. |
| 44 | Совершенствование .Верхняя прямая подача | 1 |  |  | подача с расстояния 3-6 м от сетки | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. |
| 45 | Прием и передача мяча двумя руками сверху | 1 |  |  | Упражнения на быстроту и точность реакций (на месте, перемещением вперед, то же 46через сетку) | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. |
| 46 | Совершенствование приема и передача мяча двумя руками снизу | 1 |  |  | Упражнения на быстроту и точность реакций (на месте, перемещением вперед, то же через сетку) | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. |
| 47 | Учебная игра волейбол | 1 |  |  |  | Взаимодействуют со сверстниками процессе освоения техники игровых действий. |
| 48 | Техника владения мячом | 1 |  |  | Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар | Осваивают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно |
| 49 | Совершенствование прямого нападающего удара | 1 |  |  | Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером (броски метания мячей разного веса) | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. |
| 50 | Лыжная подготовка ТБ. попеременный одношажный ход | 1 |  |  | Основные правила Зимние виды спорта. Виды лыжного спорта. Применение лыжных мазей | Соблюдают правила, чтобы избежать травм. |
| 51 | Подъем скользящим шагом и спуск с горки | 1 |  |  | «Плугом» «полуелочкой» «елочкой» | Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают самостоятельно, и устраняя типичные ошибки |
| 52 | Подьем скользящим шагом | 1 |  |  |  |  |

**4 четверть.(18ч.)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Темы уроков** | **Час** | **Дата** | **факт** | **Содержание** | **Деятельность учащихся** |
| 53 | Преодоление дистанции коньковым ходом | 1 |  |  | Дальнейшее закрепление техники | варьируют ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе прохождения дистанций |
| 54-55 | Техника одновременного бессажного хода | 2 |  |  | Дальнейшее закрепление техники передвижений, поворотов и стоек | Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают самостоятельно, и устраняя типичные ошибки |
| 56-57 | Преодоление дистанции 10км | 2 |  |  | Дальнейшее закрепление техники передвижений, поворотов и стоек | Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают самостоятельно, и устраняя типичные ошибки варьируют ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе прохождения дистанций |
| 58 | ТБ История Футбола | 1 |  |  | П/игра для освоения передвижения и остановок | Изучают историю футбола, запоминают имена выдающихся спортсменов, Соблюдают правила, чтобы избежать травм.  Овладевают основными приемами игры футбол |
| 59 | Ведение мяча по прямой с изменением скорости и направления движения | 1 |  |  | (без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой) | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. |
| 60 | Техника ударов по воротам | 1 |  |  | Удары по воротам на точность, попадания мячом в цель | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. |
| 61 | Техника владения мячом | 1 |  |  | Комбинация: ведение,удар,пас,прием мяча,остановк,удар по воротам | Моделируют технику освоенных игровых действий и приемов |
| 62 | Тактика свободного нападения  Учебная игра футбол | 1 |  |  | Дальнейшее закрепление приемов тактики игры | осваивают самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. |
| 63 | ТБ Кроссовая подготовка  Кросс 5 км 10 км | 1 |  |  | Правила кроссовой подготовки, одежда, беговые упражнения осваивают , выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения, выбирают индивидуальный режим | |
| 64-65 | Бег 30м, 60м,100м;  Эстафета 4х100м | 2 |  |  | Описывают технику выполнения беговых упраж-й, ( передача эстафетной палочки) осваивают самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения, выбирают индивидуальный режим | |
| 66 | Прыжки в длину с разбега способом | 1 |  |  | Описывают технику выполнения прыжковых упраж-й, осваивают самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения, выбирают индивидуальный режим. Демонстрируют вариативное выполнение прыжковых упражн-й | |
| 67 | Прыжки в длину с разбега способом | 1 |  |  | Описывают технику выполнения прыжковых упраж-й, осваивают самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения, выбирают индивидуальный режим. Демонстрируют вариативное выполнение прыжковых упражн-й | |
| 68 | Тройной прыжок с разбега | 1 |  |  | Измеряют результаты, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе сдачи результатов | |
| 69-70 | ГТО | 2 |  |  | Применяют разученные упражнения для развития скоростно-силовых способностей | |