

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«НИЖНЕГОРСКАЯ ШКОЛА-ГИМНАЗИЯ»
НИЖНЕГОРСКОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

РАССМОТРЕНО

на заседании методического
объединения учителей
физической культуры,
технологии
изобразительного искусства,
ОБЖ

Протокол № 4 от 29.08.
2022г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

Н.В. Иванцова
30.08.2022г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ
«Нижнегорская ШГ»

Пацай С.С.
Приказ № 278
от 31.08.2022г.

**Календарно-тематическое планирование
по физической культуре**

Уровень образования, класс: основное общее образование, **9 класс**

Количество часов :2 ч в неделю; 68 ч в год

Срок реализации программы: **2022 /2023 уч. год**

Учитель физической культуры:

Корженко Александр Владимирович

Календарно-тематическое планирование 9 класс

№п/п	Дата		Содержание
	план	факт	
1	05.09		Легкая атлетика – 13 ч Инструктаж по технике безопасности на уроках легкой атлетики и кроссовой подготовке Спец. беговые упражнения.. История развития л/а. Эстафеты
2	07.09		Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Повторить технику выполнения низкого и высокого старта. Бег 30 и 60м. Подвижные игры с эл. бега.
3	12.09		Бег на короткие дистанции с низкого и высокого старта 30 и 60м. Бег 30м (тест) Подвижные игры с эл. бега
4	14.09		Совершенствование бега на короткие дистанции с низкого и высокого старта. Бег 60 м.
5	19.09		Челночный бег 4*9м Бег 60 м (тест)
6	21.09		. Челночный бег 4*9м(тест)
7	26.09		Челночный бег 3х10м (тест) Прыжок в длину с разбега способом "согнув ноги
8	28.09		Удержание тела в висе на перекладине (д); подтягивания на перекладине (м) КН Прыжок в длину с разбега способом "согнув ноги"
9	03.10		Определение уровня основных физических качеств КН
10	05.10		Прыжок в длину с места (тест)
11	10.10		Совершенствование метанию мяча на дальность.
12	12.10		Метание малого мяча с места на дальность.
13	17.10		Совершенствование метанию мяча на дальность. (тест) Техника передачи эстафетной палочки.
14	19.10		Кроссовая подготовка-4 ч Беседа по ТБ на занятиях Равномерный бег до 500-600 м
15	24.10		Равномерный бег до 800 м
16	26.10		Равномерный бег до 800 м Преодоление полосы препятствий.
17	07. 11		Равномерный бег 1000 м. 2000
18	09.11		Гимнастика - 8ч Волейбол - 9 ч Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики и спортивных игр.. Кувырок а вперед в стойку на лопатках, стойки на голове и руках согнув ноги(мальчики); кувырок а назад в полушпагат, мост а из положения стоя, без помощи (девочки). Лазание по канату в два приема.
19	14.11		. Волейбол ТБ на уроках Передача мяча сверху двумя руками вперед Упражнения на гибкость Передача мяча сверху двумя руками назад
20	16.11		Гимнастика Общеразвивающие упражнения в парах. Соединение изученных элементов. Прыжки со скакалкой. Развитие силовых способностей
21	21.11		Волейбол Прием мяча одной рукой с последующим перекатом в сторону.
22	23.11		Гимнастика Длинный кувырок с разбега (Ю) Акробатическая комбинация (д)

23	28.11		Волейбол Передача мяча в прыжке
24	30.11		Гимнастика Упражнения в висе на развитие силы. Поднимание туловища из положения лежа.(тест)
25	05.12		Волейбол Блокирование. Индивидуальное блокирование в прыжке с места Передачи мяча сверху двумя руками над собой
26	07.12		Гимнастика Разучивание упражнений в равновесии. лазание по канату. Кувырок назад в упор стоя ноги врозь Акробатическая комбинация
27	12.12		Волейбол Передача мяча сверху двумя руками над собой
28	14.12		. Гимнастика Стойка на голове и руках. Комбинация на гимнастическом бревне.(д) Комбинация на брусьях(м)
29	19.12		Волейбол Перемещения двойным шагом вперёд, назад. Передачи мяча в тройках: Нападающий удар. Игра в волейбол
30	21.12		Гимнастика Учет умений прыжках через скакалку за 1 мин. Сов -е упражнений в равновесии. Подтягивание в висе /м/, и в висе лежа /д/.
31	26.12		. Волейбол Перемещения двойным шагом вперёд, назад. Передачи мяча в тройках: Прямой нападающий удар Игра в волейбол
32	28.12		
33	09.01		Гимнастика Комбинация на брусьях Стойка на голове и руках Акробатическая комбинация (д)
34	11.01		Волейбол Прямой нападающий удар
35	16.01		Баскетбол-15 ч ТБ на уроках спортивных игр., индивидуальные действия с мячами. Развитие координационных способностей
36	18.01		индивидуальные действия с мячами. Повороты с мячом на месте Бросок мяча одной рукой в движении КН
37	23.01		дриблинг; техника броска в кольцо изученным способом Развитие координационных способностей
38	25.01		Ведения, обводки, проход под кольцо, бросок КН
39	30.01		дриблинг; совершенствование техники броска. Развитие координационных способностей
40	01.02		Штрафной бросок. КН
41	06.02		передачи мяча при встречном движении
42	08.02		Передача мяча одной рукой от плеча КН
43	13.02		Передачи мяча на месте и во встречном ведении.
44	15.02		Передача мяча одной рукой с низу КН
45	20.02		Передача мяча двумя руками с отскока от пола
46	22.01		ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении; дриблинг
47	27.01		Передача мяча одной рукой снизу КН
48	01.03		Индивидуальная техника защиты
49	06.03		Перехват мяча во время передачи. Перехват мяча во время ведения
50	13.03		. Волейбол -4ч Перемещения двойным шагом вперёд, назад. Передачи мяча в тройках: . Прямой нападающий удар Игра в

			волейбол
51	15.03		Передача мяча сверху двумя руками над собой
52	27.03		Передача мяча сверху двумя руками вперед Прием мяча одной рукой с последующим перекатом в сторону
53	29.03		Передача мяча сверху двумя руками назад Передача мяча в прыжке. Прием мяча двумя руками с низу. Блокирование. Групповое блокирование. Игра в волейбол
54	03.04		Легкая атлетика -9ч Инструктаж по технике безопасности на уроках легкой атлетике и кроссовой подготовке (инст. № 076,). Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Повторить технику выполнения низкого и высокого старта. Бег 30 и 60м. Подвижные игры с эл. бега.
55	05.04		Бег на короткие дистанции с низкого и высокого старта 30 и 60м. . Бег 30м (тест) Подвижные игры с эл. бега
56	10.04		Совершенствование бега на короткие дистанции с низкого и высокого старта. Бег 60 м.
57	12.04		Челночный бег 4*9м Бег 60 м (КН)
58	17.04		. Челночный бег 4*9м(КН)
59	19.04		Челночный бег 3х10м (тест) .Прыжок в длину с разбега способом "согнув ноги
60	24.04		Прыжок в длину с места (КН)
61	26.04		Совершенствование метанию мяча на дальность.
62	03.05		Метание малого мяча с места на дальность. КН Техника передачи эстафетной палочки.
63	10.05		Кроссовая подготовка-6 ч Беседа по ТБ на занятиях Бег по пересеченной местности.
64	15.05		Равномерный бег до 500-600 м
65	17.05		Равномерный бег -600 м
66	22.05		Равномерный бег до 800 м
67	24.05		Равномерный бег до 800-1000 м
68	25.05-		Равномерный бег чередуемый с ходьбой 2000м