

Алексеевская средняя общеобразовательная  
школа № 2 с углубленным изучением отдельных предметов» Алексеевского  
муниципального района Республики Татарстан

«Рассмотрено»

Руководитель МО \_\_\_\_\_

*Баязитова* / Э.Т.Баязитова

Протокол № 1 от

« 25 » 08 2016 г.

«Согласовано»

Заместитель директора

по УВР МБОУ

«Алексеевская СОШ №2»

*Ягудина* / Л.Р. Ягудина

« 27 » 08 2016 г.

«Утверждено»

директор МБОУ

«Алексеевская СОШ №2»

*Липлянина* / Л.Н. Липлянина

Приказ от

31.08.2016 г. № 233



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре 8 «Б» класса

учителя физической культуры

Вангаева Сергея Геннадьевича

Рассмотрено на заседании  
педагогического совета  
протокол № 1 от  
31.08.2016 г.

2016-2017 учебный год

## **Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета**

**Учитель:** Вангаев Сергей Геннадьевич

**Количество часов**

**Всего 105 часов, в неделю 3 часа.**

**Плановых контрольных уроков 1, зачетов 4 , тестов 4**

**Планирование составлено на основе**

1. Стандарта основного общего образования по физической культуре
2. Программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича. (М.: Просвещение, 2011).
3. *Виленский, М. Я.* Физическая культура. 8-9 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений/М. Я. Виленский, Т. Ю. Торочкова, И. М. Туревский ; под общ. ред. М. Я. Виленского. -Просвещение, 2010.
4. Барчуков, И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика /Игорь Сергеевич Барчуков, Авенир Александрович Нестеров. – Москва:Академия, 2006. - 528с. - (Высшее профессиональное образование)

Данная рабочая программа по физической культуре 8 класса составлена на основании следующих документов:

-Программа основного общего образования Физическая культура 5-9 классы. Авторы: А.П. Матвеев, (сборник Рабочие программы. Физическая культура. 5 – 9 классы: учебно – методическое пособие/предметная линия учебников А. П. Матвеева. – М.: Просвещение, 2012.

- Основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «Алексеевская СОШ №2» Алексеевского муниципального района Республики Татарстан

- Учебного плана Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Алексеевская средняя общеобразовательная школа №2 с углубленным изучением отдельных предметов» Алексеевского муниципального района Республики Татарстан на 2016 – 2017 учебный год (утвержденного решением педагогического совета (Протокол №1, от 31 августа 2016 года)

### **Требования к уровню подготовки выпускника 8 классе**

В результате изучения физической культуры ученик должен:

**знать/понимать**

- роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактике вредных привычек;
- основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;
- способы закаливания организма и основные приемы самомассажа;

**уметь**

- составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;
  - выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения, технические действия в спортивных играх;
  - выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;
  - осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и индивидуальной физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимом физической нагрузки;
  - соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;
  - осуществлять судейство школьных соревнований по одному из базовых видов спорта;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**
- проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;
  - включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.

### **Содержание учебного предмета**

ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, профилактике вредных привычек. Оздоровительные системы физического воспитания и спортивная подготовка.

Олимпийские игры древности и современности. Достижения отечественных и зарубежных спортсменов на Олимпийских играх. Основные этапы развития физической культуры в России.

Двигательные действия, физические качества, физическая нагрузка.

Контроль за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью, техникой выполнения упражнений, соблюдением режимов физической нагрузки.

Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений.

Нормы этического общения и коллективного взаимодействия в игровой и соревновательной деятельности.

Правила соревнований по одному из базовых видов спорта.

### **ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

С учетом состояния здоровья, уровня физического развития, физической подготовленности, медицинских показаний и климатических условий региона.

Комплексы утренней и дыхательной гимнастики, гимнастики для глаз, ф (физкультминутки), элементы релаксации и аутотренинга.

Комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, регулирования массы тела и формирования телосложения.

Комплексы упражнений для развития основных физических качеств, функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Упражнения и комплексы из современных оздоровительных систем физического воспитания, адаптивной физической культуры.

Основы туристской подготовки.

Способы закаливания организма, простейшие приемы самомассажа.

## **СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

Акробатические упражнения и комбинации (кувырки, перекаты, стойки, упоры, прыжки с поворотами, перевороты).

Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах (висы, упоры, махи, перемахи, повороты, передвижения, стойки и соскоки).

Гимнастическая полоса препятствий. Опорные прыжки. Лазание по канату.

Упражнения и композиции ритмической гимнастики, танцевальные движения.

Легкая атлетика: спортивная ходьба, бег на короткие, средние и длинные дистанции, барьерный, эстафетный и кроссовый бег, прыжки в длину и высоту с разбега, метание малого мяча.

Лыжная подготовка: основные способы передвижения на лыжах, техника выполнения спусков, подъемов, поворотов, торможений.

Спортивные игры: технические приемы и тактические действия в баскетболе, волейболе, футболе, мини-футболе.

Основные способы плавания: кроль на груди и спине, брасс.

Упражнения культурно-этнической направленности: сюжетно-образные и обрядовые игры.

Элементы техники национальных видов спорта.

## Тематическое планирование 8 класса

№	Тема урока	Виды деятельности	Дата проведения	
			план	факт
1	Инструктаж по ТБ по легкой атлетике	Низкий старт 20–40 м. Бег по дистанции (50–60 м). Эстафеты. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Челночный бег 3x10. Инструктаж по ТБ. Развитие скоростных качеств	1.09	
2	Низкий старт. 60 м	Низкий старт 20–40 м. Бег по дистанции (50–60 м). Эстафеты. ОРУ. Челночный бег 3x10. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Правила соревнований	3.09	
3	Финиширование. 60м	Низкий старт 30–40 м. Бег по дистанции (70–80 м). Финиширование. Эстафеты. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Челночный бег 3x10. Развитие скоростных качеств. Правила соревнований	5.09	
4	Зачет по теме: Бег 60м	Зачет	8.09	
5	Прыжок в длину. Отталкивание	Прыжок в длину с 9–11 беговых шагов. Отталкивание. Метание теннисного мяча на дальность и на заданное расстояние. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развития скоростно-силовых качеств. Правила соревнований	10.09	
6	Прыжок в длину с разбега	Прыжок в длину с 9–11 беговых шагов. Метание мяча (150 г) на дальность с 3,5 шагов на дальность. ОРУ.	12.09	

		Специальные беговые упражнения. Развития скоростно-силовых качеств. Правила соревнований		
7	Метание малого мяча на дальность	Метание мяча (150 г) на дальность с 3,5 шагов на дальность. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развития скоростно-силовых качеств. Правила соревнований	15.09	
8	Прыжок в длину с места	Прыжок в длину с места. Метание мяча (150 г) на дальность с 3,5 шагов на дальность. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развития скоростно-силовых качеств. Правила соревнований	17.09	
9	Прыжок в длину с места	Прыжок в длину с места. Метание мяча (150 г) на дальность с 3,5 шагов на дальность. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развития скоростно-силовых качеств.	19.09	
	Подтягивание	Подтягивание. упражнения на спортивном городке. Метание мяча (150 г) на дальность с 3,5 шагов на дальность. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развития скоростно-силовых качеств. Правила соревнований	22.09	
10	Метание малого мяча на дальность	Метание мяча (150 г) на дальность с 3,5 шагов на дальность. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развития скоростно-силовых качеств. Правила соревнований	24.09	
11	Зачет по теме: Прыжок в длину с разбега	Прыжок в длину с разбега. Развития скоростно-силовых качеств. Правила соревнований	26.09	
12	Инструктаж по ТБ	Прыжок в длину с 9–11 беговых шагов. Отталкивание. Метание теннисного мяча на дальность и на заданное расстояние. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развития скоростно-силовых качеств. Правила соревнований	29.09	

13	Передача мяча сверху двумя руками	Стойка и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Эстафеты. Нижняя прямая подач □. Игра по упрощенным правилам. Правила ТБ на уроках спортивных игр	1.10	
14	Передача мяча сверху двумя руками	Стойка и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах чере □ сетку. Эстафеты. Нижняя прямая подача. Игра по упрощенным правилам. Терминология игры	3.10	
15	Нижняя прямая подача	Стойка и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Эстафеты. Н □ жняя прямая подача. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Игра по упрощенным правилам	6.10	
16	Нижняя прямая подача	Стойка и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Игра по уп □ ощенным правилам	8.10	
17	Прием мяча снизу двумя руками	Стойка и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками чере □ сетку. Нападающий удар посл □ подбрасывания партнером. Игра по упрощенным правилам	10.10	
18	Прием мяча снизу двумя руками	Стойка и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Игра по упрощенным правилам	13.10	
19	Комбинация из разученных элементов	Стойка и перемещение игрока. Комбинации из освоенных элементов (прием, передача, удар). Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Нападающий удар после подбрасывания партнером.	15.10	

		Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам		
20	Комбинация из разученных приемов	Стойка и перемещение игрока. Комбинации из освоенных элементов (прием, передача, удар). Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного падения <input type="checkbox"/> Игра по упрощенным правилам	17.10	
21	Нападающий удар	Стойка и перемещение игрока. Комбинации из освоенных элементов (прием, передача, удар). Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного падения. игра по упрощенным правилам	20.10	
22	Нападающий удар	Стойка и перемещение игрока. Комбинации из освоенных элементов (прием, передача, удар). Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного падения. Игра по упрощенным правилам	22.10	
23	Нападающий удар	Стойка и перемещение игрока. Комбинации из освоенных элементов (прием, передача, удар). Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного падения. Игра по упрощенным правилам	24.10	
24	Игра по упрощенным правилам	Стойка и перемещение игрока. Комбинации из освоенных элементов (прием, передача, удар). Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Нападающий удар после подбрасывания партнером.	27.10	



		Тактика свободного падения. Игра по упрощенным правилам		
25	Игра по упрощенным правилам	Стойка и перемещение игрока. Комбинации из освоенных элементов (прием, передача, удар). Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного падения. Игра по упрощенным правилам	29.10	
26	Игра по упрощенным правилам	Стойка и перемещение игрока. Комбинации из освоенных элементов (прием, передача, удар). Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного падения. Игра по упрощенным правилам	7.11	
27	Инструктаж по ТБ	Стойка и перемещение игрока. Комбинации из освоенных элементов (прием, передача, удар). Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного падения. Игра по упрощенным правилам	10.11	
28	Строевая подготовка	Правила ТБ на уроках гимнастики. Правила страховки во время выполнения упражнений. Выполнение команд: «Полоборота направо!», «Полоборота налево!». ОРУ на месте. Подъем переворотом в упор, передвижение в висе (мальчики). Махом одной рукой, толчком другой подъем переворотом (девочки). Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей	12.11	
29	Строевая подготовка	<b>Уметь</b> выполнять строевые упражнения; упражнения в висе	14.11	
30	Строевая	<b>Уметь</b> выполнять строевые упражнения, упражнения в	17.11	

	подготовка	висе		
31	Зачет по теме: Подтягивание	<b>Зачет</b>	19.11	
32	Опорный прыжок	Опорный прыжок, согнув ноги (мальчики). Прыжок ноги врозь (девочки). ОРУ с предметами. Эстафеты. Прикладное значение гимнастики. Развитие скоростно-силовых способностей	21.11	
33	Опорный прыжок	Опорный прыжок, согнув ноги (мальчики). Прыжок ноги врозь (девочки). ОРУ с предметами. Эстафеты. Прикладное значение гимнастики. Развитие скоростно-силовых способностей	24.11	
34	Опорный прыжок	Опорный прыжок, согнув ноги (мальчики). Прыжок ноги врозь (девочки). ОРУ с предметами. Эстафеты. Прикладное значение гимнастики. Развитие скоростно-силовых способностей	26.11	
35	Кувырок вперед, назад	Кувырок вперед в стойку на лопатках (мальчики). Кувырок назад в полушпагат. Мост из положения стоя, без помощи (девочки). ОРУ с предметами. Эстафеты. Лазание по канату в два приема. Развитие силовых способностей	28.11	
36	Кувырок вперед, назад	Кувырок вперед в стойку на лопатках (мальчики). Кувырок назад в полушпагат. Мост из положения стоя, без помощи (девочки). ОРУ с предметами. Эстафеты. Лазание по канату в два приема. Развитие силовых способностей	1.12	
37	Стойка на лопатках, мост	Кувырок вперед в стойку на лопатках (мальчики). Кувырок назад в полушпагат. Мост из положения стоя, без помощи (девочки). ОРУ с предметами. Эстафеты. Лазание по канату в два приема. Развитие силовых способностей	3.12	
38	Стойка на лопатках, мост	Кувырок вперед в стойку на лопатках (мальчики). Кувырок назад в полушпагат. Мост из положения стоя, без помощи (девочки). ОРУ с предметами. Эстафеты. Лазание	5.12	

		по канату в два приема. Развитие силовых способностей		
39	Стойка на голове	Кувырок вперед в стойку на лопатках, стойка на голове с согнутыми ногами (мальчики). Мост из положения стоя, без помощи (девочки). Лазание по канату в два приема. ОРУ с предметами. Эстафеты. Развитие силовых способностей	8.12	
40	Стойка на голове	Кувырок вперед в стойку на лопатках, стойка на голове с согнутыми ногами (мальчики). Мост из положения стоя, без помощи (девочки). Лазание по канату в два приема. ОРУ с предметами. Эстафеты. Развитие силовых способностей	10.12	
41	Лазание по канату	<b>Уметь</b> выполнять акробатические упражнения отдельно и в комбинации, лазать по канату в два приема	12.12	
42	Лазание по канату	<b>Уметь</b> выполнять акробатические упражнения отдельно и в комбинации, лазать по канату в два приема	15.12	
43	Лазание по канату	<b>Уметь</b> выполнять акробатические упражнения отдельно и в комбинации, лазать по канату в два приема	17.12	
44	Упражнения на брусьях	Подход. Страховка. ОРУ на месте. Передвижения на брусьях с одного края до другого. Раскачивание на брусьях. Раскачивания ноги врозь, выход после раскачивания.	19.12	
45	Упражнения на брусьях	Подход. Страховка. ОРУ на месте. Передвижения на брусьях с одного края до другого. Раскачивание на брусьях. Раскачивания ноги врозь, выход после раскачивания.	22.12	
46	Упражнения на гимнастическом бревне	Упор на бревне. Страховка. ОРУ. Ходьба по бревну, с приседанием, с подшагиванием, прыжком. Угол. Соскок	24.12	
47	Упражнения на гимнастическом	Упор на бревне. Страховка. ОРУ. Ходьба по бревну, с приседанием, с подшагиванием, прыжком. Угол. Соскок	26.12	

	бревне			
48	Инструктаж по ТБ	<b>Знать</b> правила безопасности на уроках по лыжной подготовке	9.01	
49	Одношажный ход	Учить технику одношажного хода. Пройти со средней скоростью 2км.	12.01	
50	Одношажный ход	Техника одношажного хода. Пройти со средней скоростью 2км.	14.01	
51	Одношажный ход	Прохождение дистанции 3 км изученным ходом	16.01	
52	Попеременный двухшажный ход	Техника попеременно-двухшажного хода. Пройти дистанцию 1.5 км	19.01	
53	Попеременный двухшажный ход	Техника попеременно-двухшажного хода. Пройти дистанцию 1.5 км	21.01	
54	Попеременный двухшажный ход	Прохождение дистанции 3 км, изученным ходом	23.01	
55	Зачет по теме: Одношажный и попеременный двухшажный ход	<b>Зачет</b>	26.01	
56	Бесшажный ход	Техника бесшажного лыжного хода. Прохождение дистанции 1.5 км	28.01	
57	Бесшажный ход	Техника бесшажного лыжного хода. Прохождение дистанции 1.5 км	30.01	
58	Бесшажный ход	Прохождение дистанции 3км изученным ходом	2.02	

59	Повороты, спуски, подъемы	Техника поворотов, спусков, подъемов. Практическая тренировка. Прохождение дистанции 1.5 км	4.02	
60	Повороты, спуски, подъемы	Техника поворотов, спусков, подъемов. Практическая тренировка. Прохождение дистанции 1.5 км	6.02	
61	Повороты, спуски, подъемы	Прохождение дистанции 1.5 км с использованием поворотов, спусков и подъемов	9.02	
62	Коньковый ход	Техника конькового хода. Прохождение дистанции 1.5 км	11.02	
63	Коньковый ход	Техника конькового хода. Прохождение дистанции 1.5 км	13.02	
64	Коньковый ход	Техника конькового хода. Прохождение дистанции 3 км	16.02	
65	Зачет по теме: Коньковый ход	<b>Уметь</b> выполнять технику конькового хода	18.02	
66	Инструктаж по ТБ	<b>Знать</b> требования безопасности	20.02	
67	Техника игры в баскетбол	Ведение мяча на месте, в движении, с остановкой, после остановки, ведение с остановкой. Упражнения на развитие чувства мяча. Учебная игра	23.02	
68	Техника игры в баскетбол	Передачи мяча с места, в движении, после ведения, после ведения с остановкой, передачи одной рукой. Упражнения на развитие чувства мяча. Учебная игра	25.02	
69	Техника игры в баскетбол	Бросок по кольцу с места, после остановки, бросок с 2-х шагов, штрафной бросок. Упражнения на развитие чувства мяча. Учебная игра	27.03	
70	Тактика игры в баскетбол	Тактика нападения. Быстрый отрыв, быстрое нападение, позиционное нападение	2.03	
71	Тактика игры в баскетбол	Тактика защиты. Зонная защита, личная защита, смешанная защита, прессинг	4.03	
72	Инструктаж по	<b>Знать</b> технику безопасности	6.03	

	ТБ			
73	Теория. Способы плавания	<b>Знать</b> способы плавания	9.03	
74	Теория. Способы плавания	<b>Знать</b> способы плавания	11.03	
75	Теория. Дистанции в плавании	<b>Знать</b> дистанции плавания	13.03	
76	Теория. Дистанции в плавании	<b>Знать</b> дистанции плавания	16.03	
77	Теория. Соревнования	<b>Знать</b> соревнования по плаванию	18.03	
78	Инструктаж по ТБ	<b>Знать</b> инструктаж по ТБ	30.03	
79	Техника перемещения	Передвижение игрока. Повороты с мячом. Остановка прыжком. Передачи мяча на месте. Правила игры в баскетбол. Учебная игра	1.04	
80	Техника перемещения	Передвижение игрока. Повороты с мячом. Остановка прыжком. Передачи мяча на месте. Правила игры в баскетбол. Учебная игра	3.04	
81	Ведение мяча	ОРУ. Ведение мяча на месте, в движении, после ловли мяча и обманного движения. Остановка после ведения. Правила игры в баскетбол. Учебная игра	6.04	
82	Ведение мяча	ОРУ. Ведение мяча на месте, в движении, после ловли мяча и обманного движения. Остановка после ведения. Правила игры в баскетбол. Учебная игра	8.04	
83	Ведение мяча	ОРУ. Ведение мяча на месте, в движении, после ловли	10.04	

		мяча и обманного движения. Остановка после ведения. Правила игры в баскетбол. Учебная игра		
84	Передачи мяча	ОРУ. Передачи мяча на месте, в движении, после остановки, после ведения. Правила игры в баскетбол. Учебная игра	13.04	
85	Передачи мяча	ОРУ. Передачи мяча на месте, в движении, после остановки, после ведения. Правила игры в баскетбол. Учебная игра	15.04	
86	Передачи мяча	ОРУ. Передачи мяча на месте, в движении, после остановки, после ведения. Правила игры в баскетбол. Учебная игра	17.04	
87	Бросок мяча в кольцо с места	ОРУ. Бросок мяча с места, после остановки, после ведения, после передачи, штрафной бросок.	20.04	
88	Бросок мяча в кольцо с места	ОРУ. Бросок мяча с места, после остановки, после ведения, после передачи, штрафной бросок.	22.04	
89	Бросок мяча в кольцо с 2-х шагов	ОРУ. Бросок в кольцо с 2-х шагов справа, слева, после обыгрывания соперника, после передачи, после ведения. Правила игры в баскетбол. Учебная игра	24.04	
90	Бросок мяча в кольцо с 2-х шагов	ОРУ. Бросок в кольцо с 2-х шагов справа, слева, после обыгрывания соперника, после передачи, после ведения. Правила игры в баскетбол. Учебная игра	27.04	
91	Тактика нападения	Взаимодействия в парах, тройках, пятерках. Позиционное нападение, быстрое нападение, быстрый отрыв. Правила игры в баскетбол. Учебная игра	29.04	
92	Тактика нападения	Взаимодействия в парах, тройках, пятерках. Позиционное нападение, быстрое нападение, быстрый отрыв. Правила игры в баскетбол. Учебная игра	1.05	
93	Итоговое собеседование	<b>Знать</b> тактику нападения	4.05	

94	Тактика защиты	<b>Знать</b> тактику защиты	6.05	
95	Зачет по теме: Тактика защиты( челночный бег)	<b>Зачет</b>	8.05	
96	Инструктаж по ТБ	<b>Знать</b> Инструктаж по ТБ	11.05	
97	Передача мяча, остановки	Бег по кругу. Бег 60 м. Передачи мяча в парах, тройках. Короткие передачи, дальние передачи, навесы. Правила игры в мини-футбол. Учебная игра	13.05	
98	Передача мяча, остановки	Бег по кругу. Бег 60 м. Ведение мяча по прямой, по кругу, зигзагом; ведение с остановкой. Правила игры в мини- футбол. Учебная игра	15.05	
99	Ведение мяча	Бег по кругу. Бег 60 м. Ведение мяча по прямой, по кругу, зигзагом; ведение с остановкой. Правила игры в мини- футбол. Учебная игра	18.05	
100	Ведение мяча	Бег по кругу. Бег 60 м. Способы ударов по мячу ногой и головой. Удары по стоящему мячу, по катящемуся мячу. Правила игры в мини-футбол. Учебная игра	20.05	
101	Итоговая промежуточная аттестация	Зачет. Бег на результат 60 м, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лежа.	22.05	
102	Удары по мячу	Бег по кругу. Бег 100 м. Взаимодействие игроков в парах, тройках. Фланговая игра. Комбинационная игра. Массированная атака. Правила игры в мини-футбол. Учебная игра	25.05	
103	Удары по мячу	Бег по кругу. Бег 100м. Взаимодействие игроков в защите. Зонный прессинг. Контратаки. Личная опека. Правила игры в мини-футбол. Учебная игра	27.05	
104	Тактика	Бег по кругу. Бег 60 м. Передачи мяча в парах, тройках.	29.05	



	нападения	Короткие передачи, дальние передачи, навесы. Правила игры в мини-футбол. Учебная игра		
105	Тактика защиты	Бег по кругу. Бег 60 м. Ведение мяча по прямой, по кругу, зигзагом; ведение с остановкой. Правила игры в мини-футбол. Учебная игра	31.05	





