

<p>«Принято» Руководитель МО <i>[подпись]</i> Сороколетов С.А. Протокол №1 от «__» августа 2019г.</p>	<p>«Согласовано» Зам.директора по УР МБОУ «Тюрясевская СОШ» <i>[подпись]</i> Орлова Е.А.</p>	<p>«Утверждаю» Директор МБОУ «Тюрясевская СОШ» <i>[подпись]</i> Михейкин В.А. Приказ № 93-ОД от «__» августа 2019г.</p>
---	--	---



Календарно-тематическое планирование

по физической культуре для 9 класса

МБОУ «Тюрясевская СОШ»

Михейкина Владимира Алексеевича

Рассмотрено

на заседании педагогического совета

протокол № 01 от «22»августа 2019 г.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ уро ка	№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Дата проведения	
				план	факт
I ЧЕТВЕРТЬ			24		
ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА			14		
1	1	ТБ на уроках л/атлетики. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Бег с низкого старта. Развитие сил. к-в (подтяг-ние, пресс).	1	2.09	2.09
2	2	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Бег с низкого старта. Развитие скор.-сил. к-в (прыжки, многоскоки).	1	3.09	3.09
3	3	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Бег с ускорением 60 м. Развитие скор.-сил. к-в (прыжки, многоскоки).	1	5.09	5.09
4	4	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Бег с ускорением 100 м. Развитие выносливости. Развитие сил. к-в (подтяг-ние, пресс).	1	9.09	9.09
5	5	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Метание мяча. Развитие сил. к-в (подтяг-ние, пресс).	1	10.09	10.09
6	6	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Прыжки в длину с разбега. Развитие скор.-сил. к-в (прыжки, многоскоки).	1	12.09	12.09
7	7	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Бег с ускорением 60 м. Прыжки в длину с разбега.	1	16.09	16.09
8	8	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Метание мяча. Развитие скор.-сил. к-в (прыжки, многоскоки).	1	17.09	17.09
9	9	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Развитие выносливости. Развитие сил. к-в (подтяг-ние, пресс).	1	19.09	19.09
10	10	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Бег с ускорением 60 м. Развитие скор.-сил. к-в (прыжки, многоскоки).	1	22.09	23.09
11	11	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Метание мяча. Подвижные игры с элементами л/атл.	1	24.09	24.09
12	12	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Прыжки в длину с разбега. Развитие сил. к-в (подтяг-ние, пресс).	1	26.09	26.09
13	13	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Развитие выносливости. Эстафеты с элементами л/атлетики.	1	30.09	30.09
14	14	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Метание мяча. Подвижные игры с элементами л/атл.	1	1.10	1.10

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ (баскетбол)			14		
15	1	ТБ на уроках по баскетболу. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Стойка игрока, перемещения, остановка, повороты. Учебная игра.	1	3.10	3.10
16	2	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Ведение мяча с изменением направления, в разных стойках. Броски мяча после ведения и 2-х шагов.	1	7.10	7.10
17	3	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Штрафные броски. Учебная игра.	1	8.10	8.10
18	4	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Ловля и передача мяча разл. способом. Эстафеты.	1	10.10	10.10
19	5	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Ловля и передача мяча разл. способом. Броски мяча с различных дистанций. Броски мяча после ведения и 2-х шагов.	1	14.10	14.10
20	6	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в	1	15.10	15.10

		движении. Штрафные броски. Учебная игра.			
21	7	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Ловля и передача мяча разл. способом. Броски мяча с различных дистанций. Броски мяча после ведения и 2-х шагов.	1	17.10	17.10
22	8	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Ловля и передача мяча разл. способом. Броски мяча с различных дистанций. Броски мяча после ведения и 2-х шагов.	1	21.10	21.10
23	9	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Штрафные броски. Учебная игра.	1	22.10	22.10
24 - 26	10, 11, 12	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Штрафные броски. Тактические действия в защите и нападении Учебная игра.	1	24.10 28.10 28.10; 29.10	24.10 28.10 29.10

II ЧЕТВЕРТЬ			20		
27	1	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Штрафные броски. Тактические действия в защите и нападении Учебная игра.	1	07.11	07.11
28	2	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. на месте и в движении. Штрафные броски. Тактические действия в защите и нападении Учебная игра.	1	11.11	11.11
29	3	Учебная игра.	1	12.11	12.11
30	4	Учебная игра.	1	14.11	14.11
ГИМНАСТИКА С ЭЛЕМЕНТАМИ АКРОБАТИКИ			10		
31	1	ТБ на уроках по гимнастике. Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на брусьях. Развитие силовых качеств (подтяг-ние, пресс).	1	18.11	18.11
32	2	Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. Развитие силовых качеств (подтяг-ние, пресс).	1	19.11	19.11
33	3	Строевые упражнения. О.Р.У. Лазание по канату без помощи ног. Упражнения на брусьях. ОФП (прыжки, гибкость, челночный бег).	1	21.11	21.11
34	4	Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. ОФП (прыжки, гибкость, челночный бег).	1	25.11	25.11
35	5	Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. ОФП (прыжки, гибкость, челночный бег).	1	26.11	26.11
36	6	Строевые упражнения. О.Р.У. Лазание по канату без помощи ног. Упражнения на брусьях. Развитие силовых качеств (подтяг-ние, пресс)	1	28.11	28.11
37	7	Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. Лазание по канату без помощи ног. ОФП (прыжки, гибкость, челночный бег).	1	2.12	2.12
38	8	Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. Опорный прыжок. ОФП (прыжки, гибкость).	1	3.12	3.12
39	9	Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. Опорный прыжок. ОФП (прыжки, гибкость).	1	5.12	5.12
40	10	Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. Опорный прыжок. ОФП (прыжки, гибкость).	1	9.12	9.12
БАДМИНТОН			6		
41	1	Техника игры. Смеш (аткующий удар в прыжке).	1	10.12	10.12
42	2	Сочетание технических приемов: подачи, удара, подставки.	1	12.12	12.12
43	3	Сочетание технических приемов: подачи, удара, подставки.	1	16.12	16.12
44	4	Учебно-тренировочная игра.	1	17.12	17.12
45	5	Учебно-тренировочная игра.	1	19.12	19.12
46	6	Учебно-тренировочная игра.	1	23.12	23.12

III ЧЕТВЕРТЬ			30		
ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА			23		
47	1	ТБ на уроках по л/подготовке. Одновременный 4-х шажный ход. Переход с попеременного на одновременный ход.	1	24.12	24.12
48	2	Спуски с горы Бег по дистанции до 3 км (д), до 5 км (м).	1	26.12	26.07
49	3	Повороты на месте и в движении. Переход с попеременного на одновременный ход.	1	13.01	13.01
50	4	Одновременный 4-х шажный ход. Подъем в гору.	1	14.01	14.01
51	5	Спуски. Бег по дистанции до 3 км (д), до 5 км (м)	1	16.01	16.01
52	6	Одновременный 4-х шажный ход. Переход с попеременного на одновременный ход.	1	20.01	20.01

51	7	Повороты на месте и в движении. Подъем в гору.	1	23.01	20.01
52	8	Спуски. Бег по дистанции до 3 км (д), до 5 км (м).	1	27.01	21.01
53	9	Подъем в гору. Переход с попеременного на одновременный ход.	1	28.01	23.01
54	10	Одновременный 4-х шажный ход. Бег по дистанции до 3 км (д), до 5 км (м).	1	30.01	27.01
55	11	Повороты на месте и в движении. Переход с попеременного на одновременный ход.	1	03.02	28.01
56	12	Подъем в гору. Бег по дис-ции до 3 км(д),до 5 км(м)	1	4.02	30.01
57	13	Одновременный 4-х шажный ход. Переход с попеременного на одновременный ход.	1	6.02	03.02
58	14	Повороты на месте и в движении. Спуски с горы.	1	10.02	04.02
59	15	Переход с попеременного на одновременный ход. Бег по дистанции до 3 км (д), до 5 км (м).	1	11.02	6.02
60	16	Подъем в гору. Спуски с горы. Развитие выносливости. Передвижение попеременным двухшажным ходом.	1	13.02	10.02
61	17	Подъем в гору. Спуски с горы. Развитие выносливости. Передвижение попеременным двухшажным ходом.	1	17.02	11.02
62	18	Подъем в гору. Спуски с горы. Развитие выносливости. Передвижение попеременным двухшажным ходом до 4 км.	1	18.02	13.02
63	19	Подъем в гору. Спуски с горы. Развитие выносливости. Передвижение попеременным двухшажным ходом до 4 км.	1	20.02	17.02
64	20	Подъем в гору. Спуски с горы. Развитие выносливости. Передвижение попеременным двухшажным ходом до 4 км.	1	24.02	18.02
65	21	Передвижение на лыжах на результат 3 км.	1	25.02	20.02
66	22	Подъем в гору. Спуски с горы. Развитие выносливости. Передвижение попеременным двухшажным ходом до 4 км.	1	27.02	24.02
67	23	Подъем в гору. Спуски с горы. Развитие выносливости. Передвижение попеременным двухшажным ходом до 4 км.	1	2.03	25.02
СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ (волейбол)			6		
68	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ на месте и в движении. Верхняя передача, нижняя передача. Нижняя прямая подача.	1	3.03	27.02
69	2	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ на месте и в движении. Верхняя передача, нижняя передача. Нижняя прямая подача. Эстафеты с мячом.	1	5.03	2.03
70	3	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ на месте и в движении. Верхняя передача, нижняя передача. Нижняя прямая подача.	1	8.03	3.03
71	4	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ на месте и в движении. Верхняя передача, нижняя передача. Нижняя прямая подача.	1	10.03	5.03
72	5	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ на месте и в движении. Верхняя передача, нижняя передача. Нижняя прямая подача. Эстафеты с мячом.	1	12.03	8.03
73	6	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ на месте и в движении. Верхняя передача, нижняя передача. Нижняя прямая подача. Учебная игра.	1	18.03	10.03
74	7	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ на месте и в движении. Верхняя передача, нижняя передача. Нижняя прямая подача. Учебная игра.	1	17.03	12.03
75	8	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ на месте и в движении. Верхняя передача, нижняя передача. Нижняя прямая подача. Учебная игра.	1	19.03	16.03
76	9	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ на месте и в движении. Верхняя передача, нижняя передача. Нижняя прямая подача. Учебная игра.	1		17.03
77	10	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ на месте и в движении. Верхняя передача, нижняя передача. Нижняя прямая подача. Учебная игра.	1		19.03

IV ЧЕТВЕРТЬ

ВОЛЕЙБОЛ

			24		
			6		
80	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ на месте и в движении. Верхняя передача, нижняя передача. Нижняя прямая подача. Учебная игра.	1	02.04	01.04
81	2	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Передача и ловля мяча из различных положений. Штрафные броски.	1	6.04	06.04
82	3	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Броски с различных дистанций. Эстафеты.	1	7.04	7.04

9

