

Пояснительная записка

Класс: 9 А, 9Б

Учитель: Гайнутдинов Радик Сайтдинович

Количество часов

Всего 102 час, в неделю 3 часа.

Планирование составлено на основе

1. Стандарта основного общего образования по физической культуре
2. Рабочая программа 5-11кл. под редакцией В. И. Ляха .Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, Москва «Просвещение» 2010,
3. **Учебник:**

Физическая культура 5 – 9 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В. И. Ляха .Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2011, 230с

Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич.

Данная рабочая программа по технологии составлена на основании следующих документов:

- Федерального закона от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями)
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования;
- Образовательной программы основного общего образования в соответствии с ФГОС ООО Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Алексеевская средняя общеобразовательная школа №2 имени Героя Советского Союза Ивана Егоровича Кочнева Алексеевского муниципального района Республики Татарстан», утвержденной приказом №101 от 15 апреля 2019 года.
- Учебного плана Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Алексеевская средняя общеобразовательная школа №2 имени Героя Советского Союза Ивана Егоровича Кочнева Алексеевского муниципального района Республики Татарстан» на 2020 – 2021 учебный год (утверженного решением педагогического совета (Протокол № 2, от 28 августа 2020 года)

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования должны отражать

- 1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизм, уважение к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- 3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов

мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

9) формирование основ экологической культуры соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;

10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования должны отражать:

1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

8) смысловое чтение;

9) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе; находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;

10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;

- 11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее - ИКТ компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;
- 12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

Предметные результаты изучения предметной области «Физическая культура»

- 1) понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- 2) овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;
- 3) приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;
- 4) расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;
- 5) формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" ГТО";

Выпускник научится:

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;
- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;

- разрабатывать содержание самостоятельных занятий с физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корректирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;
- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;
- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;
- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и в прыжках (в длину и высоту);
- выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона;
- выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять передвижения на лыжах различными способами, демонстрировать технику последовательного чередования их в процессе прохождения тренировочных дистанций;
- выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Выпускник получит возможность научиться:

- характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;
- характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу российскому спорту;
- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;
- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;

- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;
- проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа;
- выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных отклонений в показателях здоровья;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;
- выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;
- выполнять технико-тактические действия национальных видов спорта;
- проплыть учебную дистанцию вольным стилем.

Содержание курса физической культуры в 5–11 классах

Физическое воспитание в основной школе должно обеспечить физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся, формирование и развитие установок активного, здорового образа жизни.

Освоение учебного предмета «Физическая культура» направлено на развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.

В процессе освоения предмета «Физическая культура» на уровне основного общего образования формируется система знаний о физическом совершенствовании человека, приобретается опыт организации самостоятельных занятий физической культурой с учётом индивидуальных особенностей и способностей, формируются умения применять средства физической культуры для организации учебной и досуговой деятельности.

С целью формирования у учащихся ключевых компетенций, в процессе освоения предмета «Физическая культура» используются знания из других учебных предметов: «Биология», «Математика», «Физика», «География», «Основы безопасности жизнедеятельности», «Иностранный язык», «Музыка» и др.

Физическая культура как область знаний

История и современное развитие физической культуры

Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения.

Олимпийское движение в России. Современные Олимпийские игры. Физическая культура в современном обществе. Организация и проведение пеших туристических походов.

Требования техники безопасности и бережного отношения к природе.

Современное представление о физической культуре (основные понятия)

Физическое развитие человека. Физическая подготовка, ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств. Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств. Техника движений и ее основные показатели. Спорт и спортивная подготовка. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».

Физическая культура человека

Здоровье и здоровый образ жизни. Коррекция осанки и телосложения. Контроль и наблюдение за состоянием здоровья, физическим развитием и физической подготовленностью. Требования безопасности и первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом. Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой

- Подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий, инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью). Подбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки,

физкультминуток, физкультпауз, коррекции осанки и телосложения. Составление планов и самостоятельное проведение занятий спортивной подготовкой, прикладной физической подготовкой с учетом индивидуальных показаний здоровья и физического развития.

Организация досуга средствами физической культуры.

Оценка эффективности занятий физической культурой

Самонаблюдение и самоконтроль. Оценка эффективности занятий. Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок.

Измерение резервов организма (с помощью простейших функциональных проб).

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность

Комплексы упражнений для оздоровительных форм занятий физической культурой.

Комплексы упражнений современных оздоровительных систем физического воспитания, ориентированных на повышение функциональных возможностей организма, развитие основных физических качеств. Индивидуальные комплексы адаптивной физической культуры (при нарушении опорно-двигательного аппарата, центральной нервной системы, дыхания и кровообращения, при близорукости).

Спортивно-оздоровительная деятельность

Гимнастика с основами акробатики: организующие команды и приемы. Акробатические упражнения и комбинации. Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах (опорные прыжки, упражнения на гимнастическом бревне (девочки), упражнения на перекладине (мальчики), упражнения и комбинации на гимнастических брусьях, упражнения на параллельных брусьях (мальчики), упражнения на разновысоких брусьях (девочки)). Ритмическая гимнастика с элементами хореографии (девочки). Легкая атлетика: беговые упражнения. Прыжковые упражнения. Упражнения в метании малого мяча. Спортивные игры: технико-тактические действия и приемы игры в футбол, мини-футбол, волейбол, баскетбол. Правила спортивных игр. Игры по правилам. Национальные виды спорта: технико-тактические действия и правила. Плавание. Вхождение в воду и передвижения по дну бассейна. Подводящие упражнения в лежании на воде, всплыvании и скольжении. Плавание на груди и спине вольным стилем. Лыжные гонки: передвижение на лыжах разными способами. Подъемы, спуски, повороты, торможения.

Прикладно-ориентированная физкультурная деятельность

Прикладная физическая подготовка: ходьба, бег и прыжки, выполняемые разными способами в разных условиях; лазание, перелезание, ползание; метание малого мяча по движущейся мишени; преодоление препятствий разной сложности; передвижение в висах и упорах. Полосы препятствий, включающие разнообразные прикладные упражнения. Общефизическая подготовка. Упражнения, ориентированные на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости, ловкости). Специальная физическая подготовка. Упражнения, ориентированные на развитие специальных физических качеств, определяемых базовым видом спорта (гимнастика с основами акробатики, легкая атлетика, лыжные гонки, плавание, спортивные игры).

Содержание учебного предмета.

История и современное развитие физической культуры

- *Олимпийские игры древности .Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения.*

Олимпийское движение в России. Современные Олимпийские игры. Физическая культура в современном обществе. Организация и проведение пеших туристических походов.

Требования техники безопасности и бережного отношения к природе.

- Современное представление о физической культуре (основные понятия)

- Физическое развитие человека. *Физическая подготовка, ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств.* Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств. Техника движений и ее основные показатели. *Спорт и*

спортивная подготовка. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».

- Физическая культура человека

- Здоровье и здоровый образ жизни. Коррекция осанки и телосложения. Контроль и наблюдение за состоянием здоровья, физическим развитием и физической подготовленностью. Требования безопасности и первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом.

- Способы двигательной (физкультурной) деятельности

- Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой

- Подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий, инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью). Подбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток, физкультпауз, коррекции осанки и телосложения. *Составление планов и самостоятельное проведение занятий спортивной подготовкой, прикладной физической подготовкой с учетом индивидуальных показаний здоровья и физического развития.* Организация досуга средствами физической культуры.

- Оценка эффективности занятий физической культурой

- Самонаблюдение и самоконтроль. Оценка эффективности занятий. Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок. Измерение резервов организма (с помощью простейших функциональных проб).

- Физическое совершенствование

- Физкультурно-оздоровительная деятельность

- Комплексы упражнений для оздоровительных форм занятий физической культурой. Комплексы упражнений современных оздоровительных систем физического воспитания, ориентированных на повышение функциональных возможностей организма, развитие основных физических качеств. *Индивидуальные комплексы адаптивной физической культуры (при нарушении опорно-двигательного аппарата, центральной нервной системы, дыхания и кровообращения, при близорукости).*

- Спортивно-оздоровительная деятельность

- Гимнастика с основами акробатики: организующие команды и приемы. Акробатические упражнения и комбинации. Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах (опорные прыжки, упражнения на гимнастическом бревне (девочки), упражнения на перекладине (мальчики), упражнения и комбинации на гимнастических брусьях, упражнения на параллельных брусьях (мальчики), упражнения на разновысоких брусьях (девочки)). Ритмическая гимнастика с элементами хореографии (девочки). Легкая атлетика: беговые упражнения. Прыжковые

упражнения. Упражнения в метании малого мяча. Спортивные игры: технико-тактические действия и приемы игры в футбол, мини-футбол, волейбол, баскетбол. Правила спортивных игр. Игры по правилам. *Национальные виды спорта: технико-тактические действия и правила.* Плавание. Вхождение в воду и передвижения по дну бассейна. Подводящие упражнения в лежании на воде, всплытии и скольжении. Плавание на груди и спине вольным стилем. Лыжные гонки:¹ передвижение на лыжах разными способами. Подъемы, спуски, повороты, торможения.

- Прикладно-ориентированная физкультурная деятельность

- Прикладная физическая подготовка: ходьба, бег и прыжки, выполняемые разными способами в разных условиях; лазание, перелезание, ползание; метание малого мяча по движущейся мишени; преодоление препятствий разной сложности; передвижение в висах и упорах. Полосы препятствий, включающие разнообразные прикладные упражнения.
- Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, профилактике вредных привычек.
- Олимпийские игры древности и современности.
- Физические качества.
- Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений.
- Нормы этического общения и коллективного взаимодействия в игровой и соревновательной деятельности. Правила соревнований из базовых видов спорта.

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности учащихся

№	Тема урока	Виды учебной деятельности учащихся	Дата проведения урока	
			План	Фак
1	Основы физической культуры и здорового образа жизни. Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений. Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Спортивная ходьба	Инструктаж по ТБ Изучение техники спортивной ходьбы	1.09-9А,Б	
2	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Кроссовый бег (развитие выносливости).	Изучение техники кроссового бега	2.09-9А 3.09-9Б	
3	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Бег на короткие дистанции (старт и стартовый разгон, тест 30м).	Низкий старт до 30 м. Бег на короткие дистанции, тест 30м. Финиширование.	8.09-9А 4.09-9Б	
4	Спортивно-оздоровительная	Эстафетный бег. Специальные беговые	9.09-	

	деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Эстафетный бег (передача палочки, челночный бег 3×10м).	упражнения. Развитие скоростных качеств. Основы обучения двигательным действиям	9А 8.09-9Б	
5	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Бег на средние дистанции (бег по дистанции, отрезки до 300 метров).	Низкий старт до 30 м. Бег на средние дистанции. Финиширование. Основы обучения двигательным действиям	10.09-9А,Б	
6	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Барьерный бег (преодоление барьера). <i>Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).</i> Тест 60м.	Изучение технике барьерного бега.	15.09-9А 11.09-9Б	
7	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Прыжок в длину с разбега (подбор разбега).	Тестирование.	17.09-9А 15.09-9Б	
8	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись». <i>Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).</i> Тест: прыжок в длину с места.	Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись». Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Тестирование	18.09-9А,Б	
9	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Метание малого мяча (по движущейся мишени).	Метание мяча на дальность с разбега.	22.09-9АБ	
10	Основы физической культуры и здорового образа жизни. Контроль за техникой выполнения упражнений Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Кроссовый бег (до 20 минут) <i>Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).</i> Тест: метание малого мяча на дальность.	Зачёт.	24.09-9АБ	
11	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Бег на длинные дистанции (тактика бега на длинные	Изучение тактики бега на длинные дистанции	25.09-9АБ	

	дистанции).		
12	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Легкая атлетика кроссовый бег.</i></p> <p><i>Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).</i></p> <p>Тест: бег 2000 м.</p>	<p>Совершенствование техники кроссового бега</p> <p>Тестирование</p>	29.09-9АБ
13	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Футбол Технические приемы (удары по катящемуся мячу).</i></p>	<p>Бег по кругу. Бег 100 м.</p> <p>Взаимодействие игроков в парах, тройках. Фланговая игра.</p> <p>Комбинационная игра. Массированная атака. Правила игры в мини-футбол.</p> <p>Учебная игра</p>	1.10-9АБ
14	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Футбол Технические приемы (удары по летящему мячу).</i></p>	<p>Бег по кругу. Бег 100м. Взаимодействие игроков в защите. Зонный прессинг.</p> <p>Контратаки. Личная опека. Правила игры в мини-футбол. Учебная игра.</p>	2.10-9АБ
15	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Футбол Технические приемы и тактические действия (совершенствование техники ведения).</i></p>	<p>Бег по кругу. Бег 60 м. Способы ударов по мячу ногой и головой. Удары по стоящему мячу, по катящемуся мячу.</p> <p>Правила игры в мини-футбол. Учебная игра</p>	6.10-9АБ
16	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Футбол Технические приемы (совершенствование техники удара по воротам).</i></p>	<p>Бег по кругу. Бег 100 м.</p> <p>Взаимодействие игроков в парах, тройках. Фланговая игра.</p> <p>Комбинационная игра. Массированная атака. Правила игры в мини-футбол.</p> <p>Учебная игра</p>	8.10 АБ
17	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Футбол Технические приемы и тактические действия (совершенствование техники перемещений).</i></p>	<p>Бег по кругу. Бег 60 м. Ведение мяча по прямой, по кругу, зигзагом; ведение с остановкой.</p>	9.10-9АБ
18	<p>Основы физической культуры и здорового образа жизни.</p> <p>Оздоровительные системы физического воспитания и спортивная подготовка.</p> <p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Футбол Технические приемы и тактические действия (тактика игры, игра по правилам).</i></p>	<p>Слушание учителя Практическая работа</p> <p>Бег по кругу. Бег 60 м. Передачи мяча в парах, тройках. Короткие передачи, дальние передачи, навесы. Правила игры в мини-футбол. Учебная игра</p>	13.10-9АБ
19	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Баскетбол Технические приемы (ведение мяча на месте и в движении (по прямой,</i></p>	<p>ОРУ. Ведение мяча на месте, в движении, после ловли мяча и обманного движения. Остановка после ведения. Правила игры в баскетбол.</p>	15.10-9АБ

	«змейкой», с обеганием лежащих и стоящих предметов).	Учебная игра		
20	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы (ведение мяча в движении (по прямой, «змейкой», с обеганием лежащих и стоящих предметов).	ОРУ. Ведение мяча на месте, в движении, после ловли мяча и обманного движения. Остановка после ведения. Правила игры в баскетбол. Учебная игра	16.10-9АБ	
21	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы (броски мяча в корзину стоя на месте, штрафной бросок).	Бросок мяча с места, штрафной бросок.	20.10-9АБ	
22	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы и тактические действия (индивидуальные тактические действия (перехват мяча, вырывание, выбивание).	Взаимодействия в парах, тройках, пятерках. Позиционное нападение, быстрое нападение, быстрый отрыв. Правила игры в баскетбол. Учебная игра	22.10-9АБ	
23	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы и тактические действия (комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом).	Закрепление освоенных элементов	23.10-9АБ	
24	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы и тактические действия (групповые действия в защите (подстраховка).	Слушание учителя Практическая работа Бег по кругу. Бег 60 м. Передачи мяча в парах, тройках. Короткие передачи, дальние передачи, навесы. Правила игры в мини-футбол. Учебная игра	27.10-9АБ	
25	Основы физической культуры и здорового образа жизни. Правила соревнований по баскетболу Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы и тактические действия (игра по правилам).	Учебная игра. Игра в нападение через зону. Развитие координационных способностей	29.10-9АБ	
26	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Акробатические упражнения и комбинации.</i> (кувырок вперед, назад).	Из упора присев стойка на руках и голове. ОРУ в движении. Кувырки вперед и назад слитно Развитие координационных способностей. Страховка и само страховка.	30.10-9АБ	
27	Основы физической культуры и здорового образа жизни. Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений. Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Акробатические упражнения и комбинации.</i> <u>Девочки:</u> кувырок вперед (назад) в группировке, вперед ноги с крестно, с последующим поворотом на	Кувырок вперед ноги с крестно с последующим поворотом 180°. ОРУ с предметами. Эстафеты.	10.11-9АБ	

	180°. <u>Мальчики</u> : кувырок вперед ноги с крестно, с последующим поворотом на 180°		
28	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Акробатические упражнения и комбинации.</i> <u>Девочки</u> : стойка на лопатках, перекат вперед в упор присев. <u>Мальчики</u> : кувырок назад в упор присев; кувырок вперед с последующим прыжком вверх и мягким приземлением.	Стойка на лопатках, перекат вперед в упор присев (девочки), кувырок назад в упор присев (мальчики), приземление	12.11-9АБ
29	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Акробатические упражнения и комбинации.</i> <u>Девочки</u> : стойка на лопатках, перекат вперед в упор присев. <u>Мальчики</u> : кувырок через плечо из стойки на лопатках в полу шпагат; кувырок вперед в стойку на лопатках, перекат вперед в упор присев.	Кувырок через плечо из стойки на лопатках в полу шпагат (мальчики), стойка на лопатках (девочки). ОРУ с предметами. Эстафеты.	13.11-9АБ
30	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Опорный прыжок.</i> <u>Девочки</u> : прыжок через гимнастического козла ноги в стороны. <u>Мальчики</u> : прыжок через гимнастического козла, согнув ноги.	Прыжок через козла ноги в стороны (девочки), совершенствование наскока на гим. мостик (мальчики).	17.11-9АБ
31	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Опорный прыжок.</i> <u>Девочки</u> : прыжок через гимнастического козла ноги в стороны. <u>Мальчики</u> : прыжок боком с поворотом на 90°. <i>Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).</i> Тест: наклон.	Прыжок через козла ноги в стороны (мальчики), прыжок боком с поворотом на 90°. Зачёт.	19.11-9АБ
32	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Опорный прыжок.</i> <u>Девочки</u> : прыжок через гимнастического козла ноги в стороны; <u>мальчики</u> : прыжок через гимнастического козла, согнув ноги.	Прыжок через козла ноги в стороны (девочки), прыжок через гимнастического козла, согнув ноги (мальчики).	20.11-9АБ
33	Физкультурно-оздоровительная деятельность. Упражнения и комплексы из современных оздоровительных систем физического воспитания. Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Опорный прыжок.</i> <u>Девочки</u> : прыжок через гимнастического козла ноги в стороны; <u>мальчики</u> : прыжок боком с поворотом на 90°.	ОРУ, Прыжок через козла ноги в стороны (мальчики), прыжок боком с поворотом на 90°.	24.11-9АБ

34	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах.</i></p> <p><i>Гимнастическое бревно: <u>девочки</u>:</i> ходьба с различной амплитудой движений, ускорениями, поворотами в правую и левую стороны. <i>Лазание по канату: мальчики:</i> способом в три приема.</p>	<p>Упор на бревне. Страховка. ОРУ. Ходьба по бревну с различной амплитудой движений, ускорениями, поворотами. Угол. Соскок. Лазание по канату в три приема.</p>	26.11-9АБ	
35	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах.</i></p> <p><i>Гимнастическое бревно: <u>девочки</u>:</i> передвижение приставными шагами; передвижение танцевальными шагами с махами ног и поворотами на носках; подскoki и полу присед. <i>Лазание по канату: мальчики:</i> способом в два приема.</p>	<p>Упор на бревне. Страховка. ОРУ. Ходьба по бревну танцевальными шагами с махами ног и поворотом на носках, прыжком. Угол. Соскок. Лазание по канату в два приема.</p>	27.11-9АБ	
36	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах.</i></p> <p><i>Гимнастическое бревно: <u>девочки</u>:</i> стилизованные прыжки на месте и с продвижениями вперед; равновесие на одной ноге; упор присев и полу шпагат; соскоки. <i>Перекладина (низкая): <u>мальчики</u>:</i> из виса стоя прыжком в упор, пере мах левой (правой) вперед, назад, опускание в вис лежа на согнутых руках.</p>	<p>Ходьба по бревну, прыжки на месте и с продвижением. Соскок. Упражнения на перекладине из виса прыжком в упор.</p>	1.12-9АБ	
37	<p>Физкультурно-оздоровительная деятельность. Элементы релаксации и аутотренинга.</p> <p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах.</i></p> <p><i>Перекладина (низкая): <u>мальчики</u>:</i> из стойки спиной к перекладине вис стоя сзади согнувшись, толчком ног вис согнувшись; вис завес коленом, опускание в упор присев через стойку на руках.</p> <p><i>Гимнастическое бревно: <u>девочки</u>:</i> передвижение приставными шагами; передвижение танцевальными шагами с махами ног и поворотами на носках; подскoki и полу присед (девочки).</p>	<p>Ходьба по бревну, равновесие на одной ноге, упор и полу шпагат. Соскок. Упражнения на перекладине, вис завес коленом, опускание в упор присев через стойку на руках (мальчики), упражнения на бревне, передвижение приставными шагами с махами ног и поворотами на носках, подскoki и полу присед (девочки)</p>	3.12-9АБ	
38	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах.</i></p> <p><i>Гимнастические брусья (параллельные): <u>мальчики</u>:</i> наскок в упор, хождение на</p>	<p>Упражнения на параллельных брусьях. Мальчики: наскок в упор, хождение на руках и размахивания в упоре.</p> <p>Разновысокие брусья. Девочки: наскок в упор на нижнюю жердь, махом назад</p>	4.12-9АБ	

	руках и размахивания в упоре, сосокк углом махом вперед с опорой на жердь; <i>гимнастические брусья (разной высоты): девочки</i> наскок в упор на нижнюю жердь, махом назад сосокк с поворотом на 90° с опорой о жердь, махом одной и толчком другой подъем переворотом в упор на нижнюю жердь.	сосокк с поворотом на 90° с опорой о жердь.		
39	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах. Гимнастические брусья (параллельные): мальчики:</i> наскок в упор, передвижение в упоре прыжками, сосокк махом назад с опорой о жердь; <i>гимнастические брусья (разной высоты): девочки</i> из виса присев на нижней жерди толчком двумя ногами подъем в упор на верхнюю жердь	Упражнения на параллельных брусьях. Мальчики: наскок в упор, Разновысокие брусья. Девочки: из виса присев на нижней жерди толчком двумя ногами подъем в упор на верхнюю жердь.	8.12-9АБ	
40	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах. Гимнастические брусья (параллельные): мальчики:</i> прыжок подъем в упор, махом вперед сед ноги врозь, кувырок вперед в сед ноги врозь, пере мах вовнутрь, сосокк махом вперед; <i>гимнастические брусья (разной высоты): девочки</i> из виса стоя на нижней жерди лицом к верхней махом одной и толчком другой вис прогнувшись на нижней жерди с опорой ног о верхнюю жердь, махом одной и толчком другой переворот в упор на нижнюю жердь.	Упражнения на параллельных и разновысоких брусьях	10.12-9АБ	
41	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах. Гимнастические брусья (параллельные): мальчики:</i> прыжок подъем в упор, махом вперед сед ноги врозь, кувырок вперед в сед ноги врозь, пере мах вовнутрь, сосокк махом вперед; <i>гимнастические брусья (разной высоты): девочки:</i> из виса стоя на нижней жерди лицом к верхней махом одной и толчком другой вис прогнувшись на нижней жерди с опорой ног о верхнюю жердь, махом одной и толчком другой переворот в упор на нижнюю жердь, махом назад сосокк с поворотом на 90° с опорой на жердь.	Упражнения на параллельных и разновысоких брусьях	11.12-9АБ	
42	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Гимнастические упражнения и</i>	Упражнения на параллельных брусьях. Мальчики: прыжком подъем в упор,	15.12-9АБ	

	<p>комбинации на спортивных снарядах. Гимнастическая перекладина (высокая): <u>мальчики</u>: из размахивания подъем разгибом, в упоре перемах левой (правой) ногой вперед, назад медленное опускание в вис, махом вперед сосок прогнувшись; гимнастические брусья (разной высоты): <u>девочки</u> из виса стоя на нижней жерди лицом к верхней махом одной и толчком другой вис прогнувшись на нижней жерди с опорой ног о верхнюю жердь, махом одной и толчком другой переворот в упор на нижнюю жердь, махом назад сосок с поворотом на 90° с опорой на жердь.</p>	<p>махом вперед сед ноги врозь, сосок махом вперед. Разновысокие брусья. Девочки: из виса стоя на нижней жерди, махом одной и толчком другой переворот в упор на нижнюю жердь, махом назад сосок с поворотом на 90° с опорой о жердь.</p>		
43	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность. <u>Акробатические упражнения и комбинации</u> <u>Девочки</u>: стойка на лопатках, перекат вперед в упор присев. <u>Мальчики</u>: стойка на голове и руках силой из упора присев.</p>	Совершенствование комбинаций из разученных элементов	17.12-9АБ	
44	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность. Упражнения культурно-этнической направленности: сюжетно-образные и обрядовые игры.(татарские народные игры) Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО). Тест подтягивание.</p>	Тестирование.	18.12-9АБ	
45	<p>Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата. Спортивно-оздоровительная деятельность. Элементы техники национальных видов спорта. Борьба: стойки и передвижения в ней.</p>	Изучение техники национальных видов спорта (борьба, стойки и передвижения в ней).	22.12-9АБ	
46	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность. Элементы техники национальных видов спорта. Борьба: захваты и освобождение от них.</p>	Изучение техники национальных видов спорта (борьба, захваты и освобождение от них).	24.12-9АБ	
47	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность. Элементы техники национальных видов спорта. Борьба: упражнения по овладению приемами страховки.</p>	Изучение техники национальных видов спорта (борьба, упражнения по овладению приемами страховки).	25.12-9АБ	
48	<p>Основы физической культуры и здорового образа жизни. Правила</p>	Техника попеременно-двушажного	12.01-9АБ	

	<p>поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений.</p> <p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Лыжная подготовка.</i> Основные способы передвижения на лыжах (п/п двушажный ход, совершенствование скользящего шага).</p>	хода, совершенствование скользящего шага. Пройти дистанцию 1.5 км		
49	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Лыжная подготовка.</i> (п/п двушажный ход, постановка палок).</p>	Техника попеременно-двушажного хода, постановка палок. Пройти дистанцию 1.5 км	14.01-9АБ	
50	<p>Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы упражнений для развития функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем.</p> <p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Лыжная подготовка.</i> Основные способы передвижения на лыжах (одновременный бесшажный ход, постановка палок).</p>	Учить технику одновременного бесшажного хода, постановка палок. Пройти со средней скоростью 2км.	15.01-9АБ	
51	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Лыжная подготовка.</i> Основные способы передвижения на лыжах (совершенствование одновременного бесшажного хода).</p>	Совершенствование одновременного без шажного хода	19.01-9АБ	
52	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Лыжная подготовка.</i> Основные способы передвижения на лыжах (переход с попеременных ходов на одновременные).</p>	Изучить переход с попеременных ходов на одновременные	21.01-9АБ	
53	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Лыжная подготовка.</i> Основные способы передвижения на лыжах (передвижения с чередованием ходов).</p>	Изучить передвижения с чередованием ходов.	22.01-9АБ	
54	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Лыжная подготовка.</i> Техника выполнения спусков и подъемов (закрепление техники спусков в основной стойке и подъемов елочкой).</p>	Закрепление техники подъёма елочкой и спуска в основной стойке	26.01-9АБ	
55	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Лыжная подготовка.</i> Техника выполнения спусков и подъемов (совершенствование техники подъемов и спусков).</p>	Изучение техники спусков, подъемов и торможений	28.01-9АБ	
56	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Лыжная подготовка.</i> Техника выполнения спусков и подъемов (преодоление небольшого трамплина на отлогом склоне</p>	Изучение техники преодоления небольшого трамплина на отлогом склоне	29.01-9АБ	

	склоне).		
57	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка.</i> Техника выполнения поворотов (повороты на месте: махом через лыжу вперед и через лыжу назад, переступанием)	Изучение техники выполнения поворотов	2.02-9АБ
58	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка.</i> Основные способы передвижения на лыжах (передвижение с чередованием ходов (до 5 км).	Изучение передвижения на лыжах с чередованием ходов до 5 км.	4.02-9АБ
59	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка.</i> Основные способы передвижения на лыжах (одновременный двухшажный ход (постановка палок).	Изучить технику одновременного двухшажного хода, постановка палок.	5.02-9АБ
60	Физкультурно-оздоровительная деятельность. Простейшие приемы самомассажа. Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка.</i> Основные способы передвижения на лыжах (совершенствование одновременного двухшажного хода).	Совершенствовать технику одновременного двухшажного хода. Пройти со средней скоростью 2км.	9.02-9АБ
61	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка.</i> Техника выполнения спусков и подъемов (спуски в низкой и основной стойке по прямой и наискось).	Техника спусков, подъемов. Практическая тренировка. Прохождение дистанции 1.5 км	11.02-9АБ
62	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка.</i> Техника выполнения поворотов (в движении переступанием).зачет.	Техника поворотов. Практическая тренировка. Прохождение дистанции 1.5 км	12.02-9АБ
63	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка.</i> Основные способы передвижения на лыжах (передвижения с чередованием ходов (до 5 км).	Изучение передвижения с чередованием ходов до 5 км.	16.02-9АБ
64	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка.</i> Техника выполнения торможений (торможение плугом и упором, развитие скоростных качеств (эстафеты).	Техника спусков, подъемов и торможений. Практическая тренировка. Эстафеты	18.02-9АБ
65	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка.</i> Техника выполнения поворотов и торможений (совершенствование техники поворотов, торможений и преодоление препятствий).	Совершенствование поворотов, спусков, подъемов и торможений. Практическая тренировка	19.02-9АБ

66	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Лыжная подготовка</i> Основные способы передвижения на лыжах.</p> <p><i>Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).</i> Тест бег на лыжах 3 км.</p>	Тестирование.	23.02-9АБ	
67	<p>Основы физической культуры и здорового образа жизни. Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений.</p> <p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Основные способы плавания.</i> Кроль на груди (закрепление техники работы рук). теория.</p>	Инструктаж по ТБ Практическая работа Изучить способ плавания – Кроль на груди (закрепление техники работы рук)	25.02-9АБ	
68	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Основные способы плавания.</i> Кроль на груди (старты и повороты). теория.</p>	Изучить способ плавания – Кроль на груди (старты и повороты)	26.02-9АБ	
69	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Основные способы плавания.</i> Кроль на груди (проплытие тренировочной дистанции (до 300 метров вольным стилем).теория.</p>	Изучить способ плавания – Кроль на груди (проплытие тренировочной дистанции до 300 м. вольным стилем)	2.03-9АБ	
70	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Основные способы плавания.</i> Кроль на спине (закрепление техники). теория.</p>	Закрепление техники плавания кролем на спине	4.03-9АБ	
71	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Основные способы плавания. Кроль на груди и спине (ныряние в длину).</i></p> <p><i>Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).</i> теория.</p>	Тестирование	5.03-9АБ	
72	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Волейбол.</i> Технические приемы и тактические действия (без мяча).</p>	ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развития скоростно-силовых качеств. Правила соревнований	9.03-9АБ	
73	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Волейбол.</i> Технические приемы и тактические действия (прием стоя на месте и в движении).</p>	Прием мяча снизу двумя руками через сетку.	11.03-9АБ	
74	Спортивно-оздоровительная	Стойка и перемещение игрока.	12.03-	

	деятельность. <i>Волейбол.</i> Технические приемы и тактические действия (передача мяча у сетки и в прыжке через сетку).	Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Эстафеты. Игра по упрощенным правилам.	9АБ	
75	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Волейбол.</i> Технические приемы (прямой нападающий удар).	Слушание учителя Практическая работа Прямой нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного падения. Игра по упрощенным правилам	16.03-9АБ	
76	Основы физической культуры и здорового образа жизни. Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений. Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Волейбол.</i> Технические приемы и тактические действия (индивидуальные тактические действия (блокирование)).	Стойка и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Блокирование.	18.03-9АБ	
77	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Волейбол.</i> Технические приемы и тактические действия (подача мяча в заданную часть площадки).	Нижняя прямая подача. Учебная игра. Развитие координационных способностей	19.03-9АБ	
78	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Волейбол.</i> Технические приемы и тактические действия (прием мяча отраженного сеткой).	Стойка и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча отраженного сеткой.	1.04-9АБ	
79	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Волейбол.</i> Технические приемы и тактические действия (групповые тактические действия: игра в нападении в зоне 3).	Эстафеты	2.04-9АБ	
80	Основы физической культуры и здорового образа жизни. Правила соревнований по волейболу. Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Волейбол.</i> Технические приемы и тактические действия (игра по правилам).	Тактика свободного падения. Игра по упрощенным правилам	6.04-9АБ	
81	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол.</i> Технические приемы (бросок мяча в прыжке одной рукой).	Бросок мяча в прыжке, штрафной бросок.	8.04-9АБ	
82	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол.</i> Технические приемы и тактические действия (групповые тактические действия: нападение быстрым прорывом (1:0)).	Взаимодействия в парах, тройках, пятерках. Позиционное нападение, быстрое нападение, быстрый отрыв. Правила игры в баскетбол. Учебная игра	9.04-9АБ	

83	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол.</i> Технические приемы и тактические действия (групповые тактические действия: нападение быстрым прорывом).	Взаимодействия в парах, тройках, пятерках. Позиционное нападение, быстрое нападение, быстрый отрыв.	13.04-9АБ	
84	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол.</i> Технические приемы и тактические действия (групповые тактические действия: «отдай и выйди»).	Эстафеты	15.04-9АБ	
85	Основы физической культуры и здорового образа жизни. Контроль за техникой выполнения упражнений. Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы и тактические действия (групповые тактические действия: взаимодействие через заслон (3 игрока)).	Взаимодействия в парах, тройках, пятерках. Позиционное нападение, быстрое нападение, быстрый отрыв.	16.04-9АБ	
86	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы и тактические действия (групповые тактические действия: взаимодействие трех игроков, малая восьмерка) в специально созданных условиях).	Взаимодействия в парах, тройках, пятерках. Позиционное нападение, быстрое нападение, быстрый отрыв.	20.04-9АБ	
87	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы и тактические действия (групповые тактические действия: взаимодействие трех игроков (малая восьмерка) в усложненных условиях).	Взаимодействия в парах, тройках, пятерках. Позиционное нападение, быстрое нападение, быстрый отрыв.	22.04-9АБ	
88	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы и тактические действия (групповые тактические действия: взаимодействие трех игроков (малая восьмерка) в усложненных условиях).	Взаимодействия в парах, тройках, пятерках. Позиционное нападение, быстрое нападение, быстрый отрыв.	23.04-9АБ	
89	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы и тактические действия (групповые тактические действия: позиционное нападение и личная защита (3:3) на одну корзину).	Взаимодействия в парах, тройках, пятерках. Позиционное нападение, быстрое нападение, быстрый отрыв.	27.04-9АБ	
90	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы и тактические действия (игра по правилам, стрит бол).	Передвижение игрока. Повороты с мячом. Остановка прыжком. Передачи мяча на месте. Правила игры в стрит бол. Учебная игра	29.04-9АБ	

91	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы и тактические действия (игра по правилам баскетбола).	Учебная игра. Развитие координационных способностей	30.04-9АБ	
92	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Прыжок в высоту с разбега (подбор разбега).	Прыжок в высоту с разбега	4.05-9АБ	
93	Основы физической культуры и здорового образа жизни. Основные этапы развития физической культуры в России. Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание».	Слушание учителя Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	6.05-9АБ	
94	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Бег на короткие дистанции (старт и стартовый разбег).	ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развития скоростно-силовых качеств.	7.05-9АБ	
95	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Эстафетный бег (встречная эстафета, передача палочки).	Эстафета	11.05-9АБ	
96	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Бег на средние дистанции (бег по дистанции, челночный бег 3×10м).	Практическая работа Бег на средние дистанции. Челночный бег 3×10. Развитие скоростных качеств. Правила соревнований	13.05-9АБ	
97	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Бег на короткие дистанции. Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО). Тест 60м.	Тестирование	14.05-9АБ	
98	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Барьерный бег (преодоление первого барьера).	Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	18.05-9АБ	
99	Физкультурно-оздоровительная деятельность. Основы туристской подготовки. Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Метание малого мяча на дальность. Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО). Тест	Совершенствование метания малого мяча на дальность Зачет	20.05-9АБ	

	метание малого мяча.			
100	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Легкая атлетика кроссовый бег 20 минут. Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО). Тест прыжок в длину с места.</i></p>	<p>Совершенствование кроссового бега (преодоление препятствий)</p> <p>Зачёт.</p>	21.05-9АБ	
101	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Легкая атлетика бег на дальние дистанции. Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО). Тест бег на 2000м .итоговый контрольный зачет.</i></p>	Зачёт.	23.05-9АБ	
102	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Легкая атлетика бег на дальние дистанции. Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО). Тест бег на 2000м.</i></p>	<p>Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.</p> <p>Тестирование</p>	24.05-9АБ	

ЛИСТ КОРРЕКТИРОВКИ

к рабочей программе по физической культуре в 9 А.Б классе

на 2020-2021 учебный год учителя технологии Гайнутдинова Радика Сайтдиновича

№ урок а	Тема урока	Дата проведения по плану	Дата проведения по факту	Количество часов по плану	Количество часов по факту	Причина корректировки	Способ корректировки

