**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**9 КЛАСС**

**I триместр (37 часов)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Тема урока | №урока | Типурока | Элементы содержания | Требования к уровню подготовленностиобучающихся | Видконтроля | Д/З | Датапроведения |
| план | факт |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| **Легкая атлетика (10 ч.)** |
| Спринтерский бег, эстафетный бег (5 ч) | **1 (1)** | Вводный | **Проведение инструктажа по ТБ по легкой атлетике. Вводный инструктаж.**Низкий старт (30-40 м). Стартовый разгон. Бег на дистанции (70-80 м). Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Развитие скоростных качеств.  | **Уметь:**  бегать с максимальнойскоростью (60 м). | Текущий | Комплекс№1 |  |  |
| **2 (2)** | Совершен-ствование | Низкий старт (30-40 м). Бег на дистанции (70-80 м). Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Развитие скоростных качеств. Основы обучения двигательным действиям. | **Уметь:**  бегать с максимальнойскоростью (60 м). | Текущий | Комплекс№1 |  |  |
| **3(3)** | Совершен-ствование **Учетный** | Низкий старт (30-40 м). Бег на дистанции (70-80 м). Эстафетный бег, передача эстафетной палочки. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Развитие скоростных качеств. Основы обучения двигательным действиям. **Учет: челночный бег (3X10) на результат.** | **Уметь:**  бегать с максимальнойскоростью (60 м). | **Учетный челночный бег (3X10) на результат** | Комплекс№1 |  |  |
| **4(4)** | **Учетный** | Низкий старт (30-40 м). Бег на дистанции (70-80 м). Финиширование. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Развитие скоростных качеств.**Учет:** **бег на результат 30 м**. | **Уметь:**  бегать с максимальнойскоростью (60 м). | **Учетный****бег 30 м на результат** | Комплекс№1 |  |  |
| **5(5)** | **Учетный** | Бег на результат 60 м. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Развитиескоростных качеств. **Учет: бег 60 м на результат:****М: «5»-8,6с; «4»-8,9 с; «3»-9,1с;****Д: «5»-9,1с; «4»-9,3с; «3»-9,7с.** | **Уметь:** бегать с максимальнойскоростью на результат(60 м). | **Учетный** **бег 60 м****на результат** | Комплекс№1 |  |  |
| Прыжок в длину. Метание малого мяча(3 ч) | **6(6)** | Комплексный | Прыжок в длину с 11-13 шагов разбега (с места). Отталкивание. Метание малого мяча на дальность с места. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. История отечественного спорта. | **Уметь**: прыгать в длину с разбега (с места); метать мяч на дальность. | Текущий | Комплекс№1 |  |  |
| **7(7)** | Комплексный | Прыжок в длину с 11-13шагов разбега (с места). Приземление. Метание малого мяча на дальность с разбега. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.  | **Уметь**: прыгать в длину с разбега (с места); метать мяча на дальность.  | Текущий | Комплекс№1 |  |  |
| **2** | 3 | 4 | **5** | 6 | 7 | 8 | 9 |
| **8(8)** | **Учетный** | Прыжок в длину с 11-13шагов разбега (с места). Отталкивание. Метание малого мяча на дальность с 5-6 шагов разбега. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. **Учет: техника прыжка в длину с разбега (с места).** | **Уметь**: прыгать в длину с разбега (с места); метать мяч на дальность. | **Учетный оценка техники прыжка в длину с разбега** **(с места)** | Комплекс№1 |  |  |
| Бег на средние дистанции(2 ч) | **9(9)** | **Учетный** |  Бег (1500 м – Д., 2000 м – М.) ОРУ развитие выносливости. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра: М - футбол; Д - волейбол. **Учет: техника метания малого мяча с разбега.** | **Уметь**: прыгать в длину с разбега; метать мяч на дальность. | **Учетный оценка техники****метания малого мяча с разбега** | Комплекс№1 |  |  |
| **10(10)** | **Учетный** |  Бег (1500 м – Д., 2000 м – М.) ОРУ развитие выносливости. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра: М - футбол; Д - волейбол.**Учет: бег 1000 м на результат.** | **Уметь**: пробегать 1500 м без учета времени. |  **Учетный****бег 1000 м на результат** | Комплекс№1 |  |  |
| **Кроссовая подготовка (10 ч.)** |
| Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий(10 ч) | **11(11)** | Комплексный | Равномерный бег (12 мин.). Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Спортивная игра: М-футбол, Д- волейбол. | **Уметь**: бегать в равномерном темпе (до 20 мин.). | Текущий | Комплекс№1 |  |  |
| **12(12)** | Совершенствование | Равномерный бег (12 мин.). Преодоление горизонтальных препятствий. Бег в гору. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Спортивная игра: М-футбол, Д- волейбол. | **Уметь**: бегать в равномерном темпе (до 20 мин.). | Текущий | Комплекс№1 |  |  |
| **13(13)** | Совершенствование | Равномерный бег (12 мин.). Преодоление горизонтальных препятствий. Бег в гору. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Спортивная игра: М-футбол, Д- волейбол. | **Уметь**: бегать в равномерном темпе (до 20 мин.). | Текущий | Комплекс№1 |  |  |
| **14(14)** | Совершенствование | Равномерный бег (15 мин.). Преодоление горизонтальных препятствий. Бег в гору. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Спортивная игра: М-футбол, Д- волейбол. | **Уметь**: бегать в равномерном темпе (до 20 мин.). | Текущий | Комплекс№1 |  |  |
| **15(15)** | Совершенствование | Равномерный бег (15 мин.). Преодоление горизонтальных препятствий. Бег в гору. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Спортивная игра: М-футбол, Д- волейбол. | **Уметь**: бегать в равномерном темпе (до 20 мин.). | Текущий | Комплекс№1 |  |  |
| **16(16)** | Совершенствование | Равномерный бег (15 мин.). Преодоление горизонтальных препятствий. Бег в гору. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Спортивная игра: М-футбол, Д- волейбол. | **Уметь**: бегать в равномерном темпе (до 20 мин.). | Текущий | Комплекс№1 |  |  |
| **17(17)** | Совершенствование | Равномерный бег (15 мин.). Преодоление горизонтальных препятствий. Бег в гору. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Спортивная игра: М-футбол, Д- волейбол. | **Уметь**: бегать в равномерном темпе (до 20 мин.). | Текущий | Комплекс№1 |  |  |
| **18(18)** | Совершенствование | Равномерный бег (15 мин.). Преодоление вертикальных препятствий прыжком. Бег по песку. ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Спортивная игра: М-футбол, Д- волейбол. | **Уметь**: бегать в равномерном темпе (до 20 мин.). | Текущий | Комплекс №1 |  |  |
|  | **19(19)** | Совершенствование | Бег по пересеченной местности (3000 м – М.; 2000 м – Д.). ОРУ развитие выносливости. Спортивная игра: М – футбол; Д – волейбол. | **Уметь**: бегать в равномерном темпе (до 20 мин.). | Текущий | Комп.№1 |  |  |
| 1 | **2** | 3 | 4 | **5** | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | **20(20)** | **Учетный** | Бег по пересеченной местности (3000 м – М.; 2000 м – Д.). ОРУ развитие выносливости. Спортивная игра: М-футбол, Д- волейбол.**Учет: 3000 м без учета времени.** | **Уметь**: бегать в равномерном темпе (до 20 мин.). | **Учетный****3000 м без учета времени** | Комплекс№1 |  |  |
| **Баскетбол (7 ч.)** |
| Баскетбол(7 ч) | **21(21)** | Изучениеновогоматериала**Учетный** | **Проведение инструктажа по ТБ при игре в баскетбол.** Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок мяча двумя руками от головы в прыжке. Позиционное нападение со сменой мест. Учебная игра. Правила баскетбола.**Учет:** **отжимание от пола.**  | **Уметь**: играть в баскетбол поупрощенным правилам; выполнять технические действия в игре.  | **Учетный****отжимание от пола** | Комплекс№3 |  |  |
| **22(22)** | Комплексный **Учетный** | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок мяча двумя руками от головы в прыжке. Позиционное нападение со сменой мест. Учебная игра. **Учет: наклон вперед сидя на полу.** | **Уметь**: играть в баскетбол поупрощенным правилам; выполнять технические действия в игре. | **Учетный наклон вперед сидя на полу** | Комплекс№3 |  |  |
| **23(23)** | Комплексный **Учетный**  | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок мяча двумя руками от головы в прыжке. Позиционное нападение со сменой мест. Учебная игра. **Учет: М-подтягивание на перекладине,****Д-поднимание туловища за 30 сек.** | **Уметь**: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические приемы. | **Учетный:****М-подтягив,****Д-подниман.****туловища****за 30 сек.** | Комплекс№3 |  |  |
| **24(24)** | Комплексный | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок мяча одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (2X2). Учебная игра.  | **Уметь**: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические приемы. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **25(25)** | Совершенствование | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок мяча одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (3X3). Учебная игра.  | **Уметь**: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические приемы. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **26(26)** | Совершенствование | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок мяча одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (3X3). Учебная игра.  **Принять зачеты у задолжников.**  | **Уметь**: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические приемы. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **27(27)** | Совершенствование**Итоговый** | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок мяча двумя руками от головы в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение со сменой мест. Учебная игра. **Подвести итоги за I четверть.** **Напомнить учащимся о правилах поведения на дороге.** | **Уметь**: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические приемы. | **Итоговый** | Комплекс№3 |  |  |

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**9 КЛАСС**

**II четверть (21 час)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Тема урока | №урока | Типурока | Элементы содержания | Требования к уровню подготовленностиобучающихся | Видконтроля | Д/З | Датапроведения |
| план | факт |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| **Гимнастика (18 ч.)** |
| Висы. Строевые упражнения(6 ч) | **28(1)** | Изучение нового материала | **Проведение инструктажа по ТБ на уроках гимнастике.**Переход с шага на месте на ходьбу в колонне. Подтягивание в висе. Подъем переворотом силой (М.). Подъем переворотом махом (Д.). ОРУ на месте. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей. | **Уметь**: выполнять строевые приемы, упражнения в висе. | Текущий | Комплекс№2 |  |  |
| **29(2)** | Комплексный | Переход с шага на месте на ходьбу в колонне. Подтягивание в висе. Подъем переворотом силой (М.). Подъем переворотом махом (Д.). ОРУ на месте. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей. Изложение взглядов и отношений к физической культуре, к ее материальным и духовным ценностям. | **Уметь**: выполнять строевые упражнения, висы. | Текущий | Комплекс№2 |  |  |
| **30(3)** | Комплексный | Переход с шага на месте на ходьбу в колонне. Подтягивание в висе. Подъем переворотом силой (М.). Подъем переворотом махом (Д.). ОРУ на месте. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей. | **Уметь**: выполнять строевые упражнения, висы. | Текущий | Комплекс№2 |  |  |
| **31(4)** | Комплексный | Переход с шага на месте на ходьбу в колонне. Подтягивание в висе. Подъем переворотом силой (М.). Подъем переворотом махом (Д.). ОРУ на месте. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей. | **Уметь**: выполнять строевые упражнения, висы. | Текущий | Комплекс№2 |  |  |
| **32(5)** | Комплексный | Переход с шага на месте на ходьбу в колонне. Подтягивание в висе. Подъем переворотом силой (М.). Подъем переворотом махом (Д.). ОРУ на месте. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей. |  |  |
| **33(6)** | **Учетный** | Переход с шага на месте на ходьбу в колонне и в шеренге. Подтягивание в висе. Подъем переворотом силой (М.). Подъем переворотом махом (Д.). ОРУ на месте. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей. **Учет:** **подтягивание из виса:**  **М: «5» - 10р. «4» - 8р. «3» - 6р.****Д: «5» - 16р. «4»** - **12р. «3» - 8р.** | **Уметь**: выполнять строевые упражнения, висы. | **Учетный оценка техники выполненияупражнений из виса** | Комплекс№2 |  |  |
| Опорный прыжок.Упражнения на гимнастическом бревне.Строевые упражнения.(6 ч.) | **34(7)** | Комплексный | Перестроение из колонны по одному в колонну по два, четыре в движении. Прыжок ноги врозь (М.) Прыжок боком (Д.). Упражнения на гимнастическом бревне (Д). ОРУ с предметами. Эстафеты. Лазание по канату в два приема (М). Развитие скоростно-силовых способностей. | **Уметь**: выполнять строевые упражнения; опорный прыжок; лазать по канату в два приема.  | Текущий | Комплекс№2 |  |  |
| **35(8)** | Совершенствование | Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении. Прыжок ноги врозь (М.) Прыжок боком (Д.). Упражнения на гимнастическом бревне (Д). ОРУ с гимнастическими палками. Эстафеты. Лазание по канату в два приема (М). Развитие скоростно-силовых способностей. | **Уметь**: выполнять строевые упражнения; опорный прыжок; лазать по канату в два приема. | Текущий | Комплекс№2 |  |  |
| **36(9)** | Совершенствование | Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении. Прыжок ноги врозь (М.) Прыжок боком (Д.). Упражнения на гимнастическом бревне (Д). ОРУ с гимнастическими палками. Эстафеты. Лазание по канату в два приема (М). Развитие скоростно-силовых способностей. | **Уметь**: выполнять строевые упражнения; опорный прыжок; лазать по канату в два приема. | Текущий | Комплекс№2 |  |  |
| **37(10)** | Совершенствование | Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре в движении. Прыжок ноги врозь (М.) Прыжок боком (Д.). Упражнения на гимнастическом бревне (Д). ОРУ с обручем. Эстафеты. Лазание по канату в два приема (М). Развитие скоростно-силовых способностей. | **Уметь**: выполнять строевые упражнения; опорный прыжок; лазать по канату в два приема. | Текущий | Комплекс№2 |  |  |
| **38(11)** | СовершенСтвование**Учетный**  | Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре в движении. Прыжок ноги врозь (М.) Прыжок боком (Д.). ОРУ с обручем. Эстафеты. Лазание по канату в два приема. Развитие скоростно-силовых способностей.**Учет: М: лазание по канату в два приема 6 – 12с.;** **Д: упражнение на гимнастическом бревне.** | **Уметь**: выполнять строевые упражнения; опорный прыжок; лазать по канату в два приема. | **Учетный М:лазание по канату в два приема 6 – 12с.;** **Д: упражнение на гимнастическом бревне** | Комплекс№2 |  |  |
| **39(12)** | **Учетный** | Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре в движении. Прыжок ноги врозь (М.) Прыжок боком (Д.). ОРУ с обручем. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. **Учет: техника выполнения опорного прыжка.**  | **Уметь**: выполнять строевые упражнения; опорный прыжок; лазать по канату в два приема. | **Учетный оценка техники** **выполненияопорного прыжка** | Комплекс№2 |  |  |
| Акробатика. (6 ч) | **40(13)** | Изучение нового материала |  Из упора присев стойка на руках и голове (М.). Равновесие на одной ноге. Кувырок назад в полушпагат (Д.). ОРУ в движении. Развитие координационных способностей. | **Уметь:** выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации. | Текущий | Комплекс№2 |  |  |
| **41(14)** | Комплексный | Из упора присев стойка на руках и голове (М.). Равновесие на одной ноге. Кувырок назад в полушпагат (Д.). ОРУ в движении. Развитие координационных способностей. | **Уметь:** выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации. | Текущий | Комплекс№2 |  |  |
| **42(15)** | Комплексный | Из упора присев стойка на руках и голове (М.). Равновесие на одной ноге. Кувырок назад в полушпагат (Д.). ОРУ в движении. Развитие координационных способностей. | **Уметь:** выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации. | Текущий | Комплекс№2 |  |  |
| **43(16)** | Совершенствование | Длинный кувырок с трех шагов разбега (М.). Равновесие на одной ноге. Кувырок назад в полушпагат (Д.). ОРУ в движении. Развитие координационных способностей. | **Уметь:** выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации. | Текущий | Комплекс№2 |  |  |
| **44(17)** | Совершенствование | Длинный кувырок с трех шагов разбега (М.). Равновесие на одной ноге. Кувырок назад в полушпагат (Д.). ОРУ в движении. Развитие координационных способностей. | **Уметь:** выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации. | Текущий | Комплекс№2 |  |  |
| **45(18)** | **Учетный** | Длинный кувырок с трех шагов разбега (М.). Равновесие на одной ноге. Кувырок назад в полушпагат (Д.). ОРУ в движении. Развитие координационных способностей. | **Уметь:** выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации. | **Оценка техники выполнения акробатических элементов** | Комплекс№2 |  |  |
| **Баскетбол (3 ч.)** |
| 1 | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | 7 | 8 | 9 |
| Баскетбол(3 ч) | **46(19)** | Совершенствование | **Проведение инструктажа по ТБ на уроках баскетбола.** Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок мяча двумя руками от головы в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение со сменой мест. Учебная игра.  | **Уметь:** играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические приемы. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **47(20)** | Совершенствование |  Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок мяча одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (2X2). Учебная игра.**Принять зачеты у задолжников.** | **Уметь:** играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические приемы. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **48(21)** | **Итоговый** | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок мяча одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (2X2). Учебная игра.**Подвести итог за II четверть.****Напомнить учащимся о правилах поведения на дороге.** | **Уметь:** играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические приемы. | **Итоговый** | Комплекс№3 |  |  |

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**9 класс**

**III четверть (30 часов)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Тема урока | №урока | Типурока | Элементы содержания | Требования к уровнюподготовленностиобучающихся | Видконтроля | Д/З | Датапроведения |
| план | факт |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| **Баскетбол (12 ч.)** |
| Баскетбол(12 ч) | **49(1)** | Комплексный | **Проведение инструктажа по ТБ на уроках баскетбола.**Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок мяча одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (3X3). Учебная игра. | **Уметь:** играть в баскетбол по упрощенным правилам; применять в игре технические приемы.  | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **50(2)** | Комплексный | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок мяча одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (4X4). Учебная игра. | **Уметь:** играть в баскетбол по упрощенным правилам; применять в игре технические приемы. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **51(3)** | Комплексный | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок мяча одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (4X4). Учебная игра. | **Уметь:** играть в баскетбол по упрощенным правилам; применять в игре технические приемы. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **52(4)** | Комплексный | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок мяча одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (4X4). Учебная игра. | **Уметь:** играть в баскетбол по упрощенным правилам; применять в игре технические приемы. | **Учетный** **оценка техники позицион****ного нападения и личная защита в игровых взаимодействиях** | Комплекс№3 |  |  |
| 1 | **2** | 3 | 4 | **5** | **6** | 7 | 8 | 9 |
|  | **53(5)** | Комплексный | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок мяча одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (3X2, 4X3). Учебная игра. | **Уметь:** играть в баскетбол по упрощенным правилам; применять в игре технические приемы. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
|  | **54(6)** | Комплексный | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок мяча одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (3X2, 4X3). Учебная игра. | **Уметь:** играть в баскетбол по упрощенным правилам; применять в игре технические приемы. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **55(7)** | Комплексный | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок мяча одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Взаимодействие двух игроков в нападении и защите «заслон». Учебная игра. Правила баскетбола. | **Уметь:** играть в баскетбол по упрощенным правилам; применять в игре технические приемы. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **56(8)** | Комплексный | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок мяча одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Взаимодействие двух игроков в нападении и защите «заслон». Учебная игра. Правила баскетбола. | **Уметь:** играть в баскетбол по упрощенным правилам; применять в игре технические приемы. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **57(9)** | Комплексный | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок мяча одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Взаимодействие двух игроков в нападении и защите «заслон». Учебная игра. Правила баскетбола. | **Уметь:** играть в баскетбол по упрощенным правилам; применять в игре технические приемы. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **58(10)** | Комплексный | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок мяча одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Взаимодействие трех игроков в нападении. Учебная игра. Правила баскетбола. | **Уметь:** играть в баскетбол по упрощенным правила; применять в игре технические приемы.  | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **59(11)** | Комплексный | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок мяча одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Взаимодействие трех игроков в нападении. Учебная игра. Правила баскетбола. | **Уметь:** играть в баскетбол по упрощенным правилам; применять в игре технические приемы. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **60(12)** | Комплексный | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок мяча одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Взаимодействие трех игроков в нападении. Учебная игра. Правила баскетбола. **Учет:** **техника броска мяча одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением.** | **Уметь:** играть в баскетбол по упрощенным правилам; применять в игре технические приемы.  | **Учетный оценка техники броска мяча одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлен.** | Комплекс№3 |  |  |
| 1 | **2** | 3 | 4 | **5** | 6 | 7 | 8 | 9 |
| **Волейбол (18 ч.)** |
| Волейбол(18 ч) | **61(13)** | Изучение нового материала | **Инструктаж по технике безопасности на уроках волейбола.**Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Учебная игра. Развитие координационных способностей. | **Уметь:** играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **62(14)** | Совершенствование | Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Учебная игра. Развитие координационных способностей. | **Уметь:** играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **2** | 3 | 4 | **5** | 6 | 7 | 8 | 9 |
| **63(15)** | СовершенСтвование **Учетный** | Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах через зону. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Учебная игра. Развитие координационных способностей. **Учет: техника передачи мяча сверху двумя руками в прыжке в парах.** | **Уметь:** играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре. | **Учетный оценка техники передачи мяча сверху двумя руками в прыжке в парах** | Комплекс№3 |  |  |
| **64(16)** | Совершенствование | Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах через зону. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Учебная игра. Развитие координационных способностей. | **Уметь:** играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **65(17)** | Совершенствование | Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра. Игра в нападении через 3-ю зону. Развитие координационных способностей. | **Уметь:** играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **66(18)** | Совершенствование | Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра. Игра в нападении через 3-ю зону. Развитие координационных способностей. | **Уметь:** играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **67(19)** | Совершенствование **Учетный**  | Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра. Игра в нападении через 3-ю зону. Развитие координационных способностей. **Учет: техника нападающего удара при встречных передачах.** | **Уметь:** играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре. | **Учетный****оценка техники нападающего удара при встречных передачах** | Комплекс№3 |  |  |
| **68(20)** | Совершенствование **Учетный** | Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра. Игра в нападении через 3-ю зону. Развитие координационных способностей. **Учет: техника нападающего удара при встречных передачах.** | **Уметь:** играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре. | Комплекс№3 |  |  |
| **69(21)** | Совершенствование | Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках через сетку. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра. Игра в нападении через 3-ю зону. Развитие координационных способностей. | **Уметь:** играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **70(22)** | Совершенствование | Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках через сетку. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра. Игра в нападении через 3-ю зону. Развитие координационных способностей. | **Уметь:** играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **71(23)** | Совершенствование | Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках через сетку. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра. Игра в нападении через 3-ю зону. Развитие координационных способностей. | **Уметь:** играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **72(24)** | Совершенствование **Учетный** | Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе.Учебная игра. Игра в нападении через 3-ю зону. Развитие координационных способностей. **Учет: техника нижней прямой подачи.** | **Уметь:** играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре. | **Учетный оценка техники нижней прямой подачи** | Комплекс№3 |  |  |
|  | **73(25)** | Совершенствование | Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе.Учебная игра. Игра в нападении через 3-ю зону.Развитие координационных способностей. | **Уметь:** играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре.  | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **74(26)** | Совершенствование | Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе.Учебная игра. Игра в нападении через 3-ю зону.Развитие координационных способностей. | **Уметь:** играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **75(27)** | Совершенствование | Комбинация из передвижений игрока. Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к цели. Нижняя прямая подача, прием подачи. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Учебная игра. Игра в нападении через 3-ю зону.Развитие координационных способностей.  | **Уметь:** играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять технические приемы. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **76(28)** | Совершенствование | Комбинация из передвижений игрока. Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к цели. Нижняя прямая подача, прием подачи. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Учебная игра. Игра в нападении через 3-ю зону.Развитие координационных способностей.  | **Уметь:** играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять технические приемы. |  Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **77(29)** | Комбинированный | Комбинация из передвижений игрока. Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к цели. Нижняя прямая подача, прием подачи. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Учебная игра. Игра в нападении через 3-ю зону.Развитие координационных способностей. **Принять зачет у задолжников.** | **Уметь:** играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять технические приемы. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **2** | 3 | 4 | **5** | 6 | 7 | 8 | 9 |
| **78(30)** | Совершенствование | Комбинация из передвижений игрока. Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к цели. Нижняя прямая подача, прием подачи. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Учебная игра. Игра в нападении через 3-ю зону.Развитие координационных способностей. **Подвести итог за III четверть.** **Напомнить учащимся о правилах поведения на дороге.** | **Уметь:** играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять технические приемы. | **Итоговый** | Комплекс№3 |  |  |

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
9 класс**

**IV четверть (24 часа)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Тема урока | №урока | Типурока | Элементы содержания | Требования к уровнюподготовленностиобучающихся | Видконтроля | Д/З | Датапроведения |
| план | факт |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| **Баскетбол (5 ч.)** |
| Баскетбол(5 ч.) | **79(1)** | Комплексный | **Инструктаж по технике безопасности на уроках баскетбола.**Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок одной рукой т плеча в прыжке с сопротивлением после остановки. Взаимодействие трех игроков в нападении « малая восьмерка». Учебная игра. Развитие координационных способностей.  | **Уметь:** играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **80(2)** | Комплексный | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок одной рукой т плеча в прыжке с сопротивлением после остановки. Взаимодействие трех игроков в нападении « малая восьмерка». Учебная игра. Развитие координационных способностей. | **Уметь:** играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре. | Текущий | Комплекс№3 |  |  |
| **81(3)** | СовершенСтвование**Учетный** | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок одной рукой т плеча в прыжке с сопротивлением после остановки. Взаимодействие трех игроков в нападении « малая восьмерка». Учебная игра. Развитие координационных способностей. **Учет: М-подтягивание на перекладине; Д - поднимание туловища за 30 сек.** | **Уметь:** играть в баскетбол по упрощенным правилам. | **Учетный** **М-подтягиван.****Д.- поднимание туловища за 30 сек.** | Комплекс№3 |  |  |
| **82(4)** | Комплексный **Учетный** | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок одной рукой т плеча в прыжке с сопротивлением после остановки. Нападение быстрым прорывом. Учебная игра. Развитие координационных способностей. **Учет: наклон вперед сидя на полу.** | **Уметь:** играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические приемы. | **Учетный наклон вперед сидя на полу** | Комплекс№3 |  |  |
| **83(5)** | Комплексный **Учетный** | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок одной рукой т плеча в прыжке с сопротивлением после остановки. Нападение быстрым прорывом. Учебная игра. Развитие координационных способностей.**Учет: отжимание от пола.** | **Уметь:** играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические приемы. | **Учетный****отжимание от пола** | Комплекс№3 |  |  |
| **Кроссовая подготовка (8 ч.)** |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий (8 ч.) | **84(6)** | Комплексный | **Инструктаж по технике безопасности на уроках легкой атлетики.**Равномерный бег (15 мин.). Бег в гору. Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Спортивная игра: М - футбол; Д. - волейбол. | **Уметь:** бегать в равномерном темпе (20 мин.) | Текущий | Комплекс№4 |  |  |
| **85(7)** | Совершенствование | Равномерный бег (16 мин.). Бег в гору. Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Спортивная игра: М - футбол; Д. - волейбол.**Учет: челночный бег 3:10 м на результат.** | **Уметь:** бегать в равномерном темпе (20 мин.) | **Учетный челночный бег 3:10 м на результат** | Комплекс№4 |  |  |
| **86(8)** | Совершенствование | Равномерный бег (16 мин.). Бег в гору. Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Спортивная игра: М - футбол; Д. - волейбол. | **Уметь:** бегать в равномерном темпе (20 мин.) | Текущий | Комплекс№4 |  |  |
| **87(9)** | Совершенствование |  Равномерный бег (17 мин.). Бег в гору. Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Спортивная игра: М - футбол; Д. - волейбол. | **Уметь:** бегать в равномерном темпе (20 мин.) | Текущий | Комплекс№4 |  |  |
| **88(10)** | Совершенствование | Равномерный бег (18 мин.). Бег в гору. Преодоление вертикальных препятствий напрыгиванием. ОРУ специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Спортивная игра: М - футбол; Д. - волейбол. | **Уметь:** бегать в равномерном темпе (20 мин.) | Текущий | Комплекс№4 |  |  |
| **89(11)** | Совершенствование | Равномерный бег (18 мин.). Бег в гору. Преодоление вертикальных препятствий напрыгиванием. ОРУ специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Спортивная игра: М - футбол; Д. - волейбол. | **Уметь:** бегать в равномерном темпе (20 мин.) | Текущий | Комплекс№4 |  |  |
| **90(12)** | Совершенствование | Равномерный бег (18 мин.). Бег в гору. Преодоление вертикальных препятствий прыжком. ОРУ специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Спортивная игра: М - футбол; Д. - волейбол.  | **Уметь:** бегать в равномерном темпе (20 мин.) | Текущий | Комплекс№4 |  |  |
| **91(13)** | Совершенствование **Учетный** | Бег (3000 м - М., и 2000 м – Д.). Развитие выносливости.Спортивная игра: М - футбол; Д. – волейбол. **Учет: бег 3000 м – М; 2000 м – Д без учета времени.** | **Уметь:** бегать в равномерном темпе (20 мин.) | **Учетный** **бег: М - 3000 Д - 2000 м** **без учета времени** | Комплекс№4 |  |  |
| **Легкая атлетика (11 ч.)** |
| Бег на средние дистанции (3 ч.) | **92(14)** | Комплексный | Бег (2000 м – М. и 1500 м – Д.). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Спортивная игра: М - футбол; Д. – волейбол.  | **Уметь:** бегать на дистанцию 2000 м | Текущий | Комплекс№4 |  |  |
| **93(15)** | Комплексный | Бег (2000 м – М. и 1500 м – Д.). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Спортивная игра: М - футбол; Д. – волейбол.  | **Уметь:** бегать с максимальной скоростью (60 м). | Текущий | Комплекс№4 |  |  |
| **94(16)** | Комплексный | Бег 1000 м. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости.Спортивная игра: М - футбол; Д. – волейбол. **Учет: бег 1000 м на результат.** | **Уметь:** бегать с максимальной скоростью (60 м). | **Учетный****бег 1000 м на результат** | Комплекс№4 |  |  |
| Спринтерский бег, эстафетный бег (5 ч.) | **95(17)** | **Учетный** | Низкий старт (30-40 м). Бег по дистанции (70-80 м). Стартовый разгон. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Развитие скоростных качеств.**Учет**: **бег 30 м на результат.**  | **Уметь:** бегать с максимальной скоростью (60 м).  | **Учетный** **бег 30 м на результат** | Комплекс№4 |  |  |
| **96(18)** | **Учетный** | Бег (60 м) на результат.Специальные беговые упражнения. ОРУ. Развитие скоростных качеств. **Учет: бег 60 м на результат** **М: «5»- 8,6 с; «4»-8,9 с; «3»-9,1с;****Д: «5»- 9,1с; «4»- 9,3 с; «3»- 9,7 с.** | **Уметь:** бегать с максимальной скоростью (60 м). | **Учетный** **бег 60 м на результат** | Комплекс№4 |  |  |
|  | **97(19)** | Комплексный | Низкий старт (30-40 м). Бег по дистанции (70-80 м). Финиширование. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Развитие скоростных качеств. Основы обучения двигательным действиям. | **Уметь:** бегать с максимальной скоростью (60 м). | Текущий | Комплекс№4 |  |  |
| **98(20)** | Комплексный**Учетный** | Низкий старт (30-40 м). Бег по дистанции (70-80 м). Финиширование. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Развитие скоростных качеств.**Учет: техника метание малого мяча с разбега** **М. -40 – 35 – 31 м; Д. – 35 – 30 – 28 м**  | **Уметь:** бегать с максимальной скоростью (60 м). | **Учетный оценить технику метание малого мяча с разбега** | Комплекс№4 |  |  |
| **99(21)** | Комплексный**Учетный** | Низкий старт (30-40 м). Стартовый разгон. Бег по дистанции (70-80 м). Эстафетный бег (передача эстафетной палочки). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Развитие скоростных качеств. **Учет: техника прыжка в длину с разбега (с места).** | **Уметь:** прыгать в длину с места; метать мяч на дальность. | **Учетный оценить технику прыжка в длину с разбега** **(с места)**  | Комплекс№4 |  |  |
| Прыжок в длину с места.Метание малого мяча(3 ч). | **100(22)** | Комплексный | Прыжок в длину с места. Метание теннисного мяча на дальность в коридоре 10 м с разбега. Специальные беговые упражнения. ОРУ в движении. | **Уметь:** прыгать в длину с места, метание малого мяча. | Текущий | Комплекс№4 |  |  |
| **101(23)** | Комплексный | Прыжок в длину с места. Метание теннисного мяча на дальность в коридоре 10 м с разбега. Специальные беговые упражнения. ОРУ в движении**Принять зачеты у задолжников.** | **Уметь:** прыгать в длину с места, метание малого мяча. | Текущий |  |  |  |
| **102(24)** | Комплексный | Прыжок в длину с места. Метание теннисного мяча на дальность в коридоре 10 м с разбега. Специальные беговые упражнения. ОРУ в движении**Подвести итог за IV четверть и за год.** **Напомнить учащимся о правилах поведения на дороге и на воде.** | **Уметь:** прыгать в длину с места, метание малого мяча. | **Итоговый** |  |  |  |