**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**9 КЛАСС**

**I триместр (37 часов)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Тема урока | №  урока | Тип  урока | Элементы содержания | Требования к уровню подготовленности  обучающихся | Вид  контроля | Д/З | Дата  проведения | |
| 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 максимальной  скоростью (60 м). | Текущий | Комп  лекс  №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 максимальной  скоростью (60 м). | Текущий | Комп  лекс  №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 максимальной  скоростью (60 м). | **Учетный челночный бег (3X10) на результат** | Комп  лекс  №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 максимальной  скоростью (60 м). | **Учетный**  **бег 30 м на результат** | Комп  лекс  №1 |  |  |
| **5(5)** | **Учетный** | Бег на результат 60 м. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Развитие  скоростных 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 максимальной  скоростью на результат  (60 м). | **Учетный**  **бег 60 м**  **на результат** | Комп  лекс  №1 |  |  |
| Прыжок в длину. Метание малого мяча  (3 ч) | **6(6)** | Комплекс  ный | 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 | Комп  лекс  №1 |  |  |
| **7(7)** | Комплекс  ный | 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 | Комп  лекс  №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)** | Комплекс  ный | 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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  ствование | 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)** | Изучение  нового  материала  **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 по  упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре. | **Учетный**  **отжимание от пола** | Комплекс  №3 |  |  |
| **22(22)** | Комплекс  ный **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 по  упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре. | **Учетный наклон вперед сидя на полу** | Комплекс  №3 |  |  |
| **23(23)** | Комплекс  ный **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)** | Комплекс  ный | 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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  ствование  **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 | Тип  урока | Элементы содержания | Требования к уровню подготовленности  обучающихся | Вид  контроля | Д/З | Дата  проведения | |
| 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)** | Комплекс  ный | 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)** | Комплекс  ный | 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)** | Комплекс  ный | 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)** | Комплекс  ный | 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 гимнастичес  ком бревне.  Строевые упражнения.  (6 ч.) | **34(7)** | Комплекс  ный | 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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  Ствование  **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)** | Комплекс  ный | 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)** | Комплекс  ный | 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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  ствование | **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)** | Совершен  ствование | 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 | Тип  урока | Элементы содержания | Требования к уровню  подготовленности  обучающихся | Вид  контроля | Д/З | | Дата  проведения | |
| план | факт |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | | 8 | 9 |
| **Баскетбол (12 ч.)** | | | | | | | | | |
| Баскетбол  (12 ч) | **49(1)** | Комплекс  ный | **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)** | Комплекс  ный | 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)** | Комплекс  ный | 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)** | Комплекс  ный | 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)** | Комплекс  ный | 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)** | Комплекс  ный | 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)** | Комплекс  ный | 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)** | Комплекс  ный | 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)** | Комплекс  ный | 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)** | Комплекс  ный | 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)** | Комплекс  ный | 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)** | Комплекс  ный | 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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  Ствование **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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  ствование **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)** | Совершен  ствование **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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  ствование **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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  ствование | 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)** | Совершен  ствование | 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 | | Тип  урока | Элементы содержания | Требования к уровню  подготовленности  обучающихся | Вид  контроля | | | Д/З | | Дата  проведения | | |
| план | факт | |
| 1 | 2 | | 3 | 4 | 5 | 6 | | | 7 | | 8 | 9 | |
| **Баскетбол (5 ч.)** | | | | | | | | | | | | | |
| Баскетбол  (5 ч.) | **79(1)** | | Комплекс  ный | **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)** | | Комплекс  ный | 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)** | | Совершен  Ствование  **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)** | | Комплекс  ный **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)** | | Комплекс  ный **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)** | | Комплекс  ный | **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)** | | Совершен  ствование | 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)** | | Совершен  ствование | 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)** | | Совершен  ствование | 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)** | | Совершен  ствование | 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)** | | Совершен  ствование | 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)** | | Совершен  ствование | 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)** | | Совершен  ствование **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)** | | Комплекс  ный | 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)** | | Комплекс  ный | 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)** | | Комплекс  ный | 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)** | | Комплекс  ный | 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)** | | Комплекс  ный  **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)** | | Комплекс  ный  **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)** | | Комплекс  ный | 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)** | | Комплекс  ный | 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)** | | Комплекс  ный | 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** | |  | | |  |  | |