

«РАССМОТРЕНО»
на заседании ШМО

234
(цикл)
/ А.Б.С.
(подпись)
/ Аббаров Р.Н.
(расшифровка)

Протокол № 1 от
«22» августа 2022 г.

«СОГЛАСОВАНО»
заместитель директора
школы по УВР:

/ З.М.
(подпись)
/ З.М. Зайнутдина
(расшифровка)
«23» августа 2022 г.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СТАРОКЯЗЛИНСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
АКСУБАЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
(наименование образовательного учреждения по Уставу)

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

по физической культуре
(указать учебный предмет, курс)

Класс 9

Учитель Аббаров Равиль Нуризанович

Количество часов: всего 68 часов; в неделю 2 час;

УМК «Перспектива»

Планирование составлено на основе рабочей программы
учителя Аббарова Равиля Нуризановича,
по физической культуре,
утверждено приказом № 33 от 31 августа 2022 года

(указать ФИО учителя, реквизиты утверждения рабочей программы с датой)

2022 - 2023 учебный год

Календарно-тематическое планирование по физической культуре 9 класс.

| № п/п | Тема урока | План | Факт |
|----------|---|-------|------|
| 1. | Техника безопасности при проведении занятий по легкой атлетике. Техника спринтерского бега. Низкий старт. | 01.09 | |
| 2 | Техника спринтерского бега. Эстафетный бег. | 05.09 | |
| 3. | Круговая эстафета. Тестирование - бег 30м. | 08.09 | |
| 4. | Бег по дистанции (70-80м). Финиширование. | 12.09 | |
| 5. | Техника прыжка в длину с 11-13 беговых шагов, Подбор разбега, отталкивание. Метание теннисного мяча на дальность с 5-6 шагов. | 15.09 | |
| 6. | Прыжок в длину с 11-13 беговых шагов. Фаза полета. Приземление. Метание мяча. Тестирование – бег (1000м). | 19.09 | |
| 7 | Прыжок в длину на результат. Метание мяча. | 22.09 | |
| 8 | Бег (1500м - д., 2000м-м.). Сдача нормативов ГТО | 26.09 | |
| 9 | ИОТ при проведении занятий по волейболу. Стойки и передвижения игрока. Тестирование – прыжок в длину с места. | 29.09 | |
| 10 | Комбинации из разученных перемещений. Техника приема и передачи мяча над собой во встречных колоннах. Тестирование - поднимание туловища за 30 сек. | 03.10 | |

| № п/п | Тема урока | План | Факт |
|----------|--|--------|------|
| 11 | Техника нижней прямой подачи, прием подачи. Игра по упрощенным правилам. Тестирование - наклон вперед стоя | 06.10 | |
| 12 | Техника передачи мяча над собой во встречных колоннах через сетку. Нижняя прямая подача, прием подачи. | 10.10 | |
| 13 | Оценка техники передачи мяча над собой во встречных колоннах через сетку. | 13.10 | |
| 14 | Техника прямого нападающего удара после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам. | 17.10 | |
| 15 | Передача мяча в тройках после перемещения. Игра по упрощенным правилам. | 20.10 | |
| 16 | Техника передач и приема мяча снизу. Игра по упрощенным правилам. | 24.10 | |
| 17 | Техника отбивания мяча кулаком через сетку. | 27.10 | |
| 18 | II четверть Нападающий удар после передачи. | 07.11 | |
| 19 | Нападающий удар в тройках через сетку. Тактика свободного нападения. | 10.11 | |
| 20 | Оценка техники владения мячом, нападающего удара. Соревнования по волейболу. | 14.11 | |
| 21 | ИОТ при проведении занятий по гимнастике. Строевые упражнения. Техника выполнения подъема переворотом. | 17.11 | |
| 22 | Подъем переворотом в упор толчком двумя ногами (м.). Махом одной ногой толчком другой подъем переворотом (д.). | 21.11 | |
| 23 | Подтягивания в висе. Упражнения на гимнастической скамейке. | 24.11 | |
| 24 | Строевые упражнения. Выполнение комбинации на перекладине. | 28.11 | |
| 25 | Техника выполнения подъема переворотом. Подтягивание в висе. | 01.12 | |
| 26 | Изучение техники прыжка способом «согнув ноги» (м.). Прыжок боком с поворотом на 90°(д.). | 05.12 | |
| 27 | Строевые упражнения. Совершенствование техники опорного прыжка. | 08.12 | |
| 28 | Строевые упражнения. Совершенствование техники опорного прыжка. | 12.12 | |
| 29 | Акробатика. Техника кувырка назад, стойка ноги врозь (м.). Мост и поворот в упор на одном колене. | 15.12 | |
| 30 | Лазание по канату в два-три приема. Техника выполнения длинного кувырка (м.). Мост (д.) | 19.12 | |
| 31 | Сдача нормативов ГТО. | 22.12 | |
| 32 | III четверть Выполнение на оценку акробатических элементов. | .09.01 | |
| 33 | Техника безопасности при проведении занятий по лыжной подготовке. | 12.01 | |

| № п/п | Тема урока | План | Факт |
|----------|---|-------|------|
| | Совершенствовать технику попеременного двухшажного хода. | | |
| 34 | Совершенствовать технику одновременного двухшажного хода. | 16.01 | |
| 35 | Техника одновременного двухшажного хода. Прохождение дистанции 3 км. | 19.01 | |
| 36 | Совершенствование техники изученных ходов. Игра на лыжах «Гонки с выбыванием». | 23.01 | |
| 37 | Техника одновременного одношажного хода (стартовый вариант). Прохождение дистанции 1 км на результат. | 26.01 | |
| 38 | Техника одновременного бесшажного хода. Прохождение дистанции 3 км. | 30.01 | |
| 39 | Совершенствование техники одновременного одношажного хода (стартовый вариант). | 02.02 | |
| 40 | Оценка техники одновременного одношажного хода. Игра на лыжах «Как по часам». | 08.02 | |
| 41 | Техника спусков и подъемов на склонах. Прохождение дистанции 2 км на результат. | 06.02 | |
| 42 | Прохождение дистанции 2 км на результат. Техника торможения и поворота «плугом». | 09.02 | |
| 43 | Техника конькового хода. Прохождение дистанции 4,5 км. | 13.02 | |
| 44 | Сдача ГТО. | 16.02 | |
| 45 | Техника безопасности при проведении занятий по спортивным играм. Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. | 20.02 | |
| 46 | Техника броска двумя руками от головы с места. | 27.02 | |
| 47 | Ведение мяча с пассивным сопротивлением. | 02.03 | |
| 48 | Техника броска двумя руками от головы с места. Передачи мяча двумя руками от груди на месте. | 06.03 | |
| 49 | Личная защита. Учебная игра. | 09.03 | |
| 50 | Сочетание приемов ведения, остановок, бросков мяча. Учебная игра. | 13.03 | |
| 51 | Техника броска двумя руками от головы с места с сопротивлением. Учебная игра. | 20.03 | |
| 52 | Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Личная защита. | 23.03 | |
| 53 | IV четверть Техника броска одной рукой от плеча с места. Учебная игра. | 03.04 | |

| № п/п | Тема урока | План | Факт |
|------------------|---|-------------|-------------|
| 54 | Техника броска одной рукой от плеча с места. Передача мяча двумя руками от груди в движении. | 06.04 | |
| 55 | Сочетание приемов ведения и передач мяча с сопротивлением. Личная защита. Учебная игра. | 10.04 | |
| 56 | Оценка техники броска одной рукой от плеча с места. Учебная игра. | 13.04 | |
| 57 | Сочетание приемов ведения, передач и бросков. Игровые задания (2 х 2, 3 х 3). | 17.04 | |
| 58 | Передача одной рукой от плеча в движении в тройках с сопротивлением. Учебная игра. | 20.04 | |
| 59 | Сочетание приемов ведения, передачи мяча с сопротивлением. Игровые задания (4 х 4). | 24.04 | |
| 60 | Игровые задания (2 х 2, 3 х 3, 4 х 4). Учебная игра. Тестирование – прыжок в длину с места | 27.04 | |
| 61 | Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Штрафной бросок. Тестирование – поднимание туловища | 04.05 | |
| 62 | Бросок одной рукой от плеча в движении с со-противлением. Позиционное нападение со сменой места. Тестирование – наклон вперед стоя. | 08.05 | |
| 63 | Техника безопасности при проведении занятий по легкой атлетике. Техника прыжка в высоту с 11-13 беговых шагов. Отталкивание. | 11.05 | |
| 64 | Техника прыжка в высоту с 11-13 беговых шагов. Тестирование – подтягивание (м.), сгибание и разгибание рук в упоре лежа (д.) | 15.05 | |
| 65 | Техника низкого старта. Эстафетный бег (круговая эстафета). | 18.05 | |
| 66 | Бег по дистанции (70-80м), Финиширование. Тестирование - бег 30м. | 22.05 | |
| 67 | Бег на результат (60м). Метание мяча (150 г) на дальность с 5-6 шагов. | 25.05 | |
| 68 | Сдача ГТО. | 29.05 | |

Перечень учебно-методического обеспечения

Учебно-методический комплект

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классы

Авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич / авт.-сост. А. Н. Каинов, Г. И. Курьерова. – Изд. 2-е - Волгоград: Учитель, 2013

Учебники:

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

Физическая культура 8 – 9 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В.И. Ляха А.А. Зданевича

Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010.

Пособия для учащихся:

Л. Е. Любомирский, В. И. Лях, Г. Б. Мейксон "Физическая культура". Учебник для учащихся 5-7 классов и 8-9 классов.

Пособия для учителя:

- Жилкин А. И. и др. Легкая атлетика: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А.И.Жилкин, В.С.Кузьмин, Е.В.Сидорчук. — М.: Издательский центр «Академия», 2003.
- Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре. 5-9 классы. Универсальное издание. – М.: ВАКО, 2005. – (В помощь школьному учителю).
- Настольная книга учителя физической культуры :: справ.- метод. пособие / сост. Б. И. Мишин. - М.: ООО «Изд-во АСТ»: 2003.
- Физкультура: методика преподавания. Спортивные игры /под ред. Э. Найминова. – М., 2001.
- Практикум по лёгкой атлетике /под ред. И.В. Лазарева, В.С. Кузнецова, Г.А. Орлова. – М., 1999.
- Лёгкая атлетика в школе /под ред. Г.К. Холодова, В.С. Кузнецова, Г.А. Колодницкого. – М., 1998.
- Спортивные игры на уроках физкультуры /ред. О. Листов. – М.,2001.
- Журнал « Спорт в школе»
- Журнал «Физическая культура в школе».
- Урок в современной школе /ред. Г.А. Баландин, Н.Н. Назаров, Т.Н. Казаков. – М., 2004.

Нормативные документы:

- Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ (ред. т 21.04.2011 г.);
- Национальная доктрина образования в Российской Федерации. Постановление Правительства РФ от 04.10.2000 г. № 751;
- базисный учебный план общеобразовательных учреждений Российской Федерации. Приказ МО РФ от 09.03.2004 г. № 1312 (ред. от 30.08.2010 г.);
- Обязательный минимум содержания начального образования. Приказ МО РФ от 19.05.1998 г. № 1235;
- Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020 года. Распоряжение правительства РФ от 07.08.2009 г. № 1101-р;
- О проведении мониторинга физического развития обучающихся. Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2010 г. № 06-499;

Сайты

<http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"

<http://spo.1september.ru/> - газета "Спорт в школе"

<http://www.sportreferats.narod.ru/> Рефераты на спортивную тематику.

<http://www.infosport.ru/press/fkvot/> - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры.

<http://www.infosport.ru/press/szr/1999N5/index.htm> - Спортивная жизнь России. Электронная

версия ежемесячного иллюстрированного журнала.

<http://festival.1september.ru/> - Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»

Материально-техническое обеспечение

Учебно-методическое обеспечение:

- стандарт начального общего образования по физической культуре;
- примерные программы по учебному предмету «Физическая культура» (5—9 классы);
- рабочие программы по физической культуре;
- учебники и пособия, которые входят в предметную линию В.И. Ляха;
- методические издания по физической культуре для учителей.

Технические средства:

- аудиоцентр

Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:

- стенка гимнастическая;
- скамейки гимнастические;
- скакалки гимнастические;
- обручи гимнастические;
- маты гимнастические;
- перекладина навесная;
- канат для лазанья;
- мячи набивные (1 кг);
- мячи массажные;
- мячи малые (резиновые, теннисные);
- мячи средние резиновые;
- мячи большие (резиновые, баскетбольные, волейбольные, футбольные);
- планка для прыжков в высоту;
- стойки для прыжков в высоту;
- щиты с баскетбольными кольцами;
- стойки волейбольные;
- сетка волейбольная;
- аптечка медицинская.

Лист коррекции

Лист коррекции

Резервные уроки вместо лыжной подготовки при t ниже 12 градусов

| № п/п | Тема урока | Дата проведения |
|----------|--|-----------------|
| 1 | Баскетбол. Броски и ведение мяча с сопротивлением. Учебная игра. | |
| 2 | Сочетание приемов ведения, передачи, броска с сопротивлением. | |
| 3 | Взаимодействие двух игроков через заслон. Учебная игра. | |
| 4 | Быстрый прорыв (2х1,3х2). Учебная игра. | |
| 5 | Взаимодействие игроков защите и нападении через заслон. Учебная игра. | |
| 6 | Общая физическая подготовка. | |
| 7 | ОФП. Метание набивного мяча на дальность. | |
| 8 | Выполнение упражнений на скоростно-силовые качества. | |
| 9 | Волейбол. Прямой нападающий удар в тройках. Учебная игра. Двусторонняя игра. | |
| 10 | Волейбол. Нижняя прямая подача на точность по зонам и нижний прием мяча. | |
| 11 | Волейбол. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Учебная игра | |
| 12 | Волейбол. Прием мяча после подачи. | |

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания методического объединения
учителей спортивно-эстетического цикла
от _____ № _____

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УР

_____ Бородина И.В.
« _____ » _____ 2018г.