

Управление образования администрации Туруханского района  
Муниципальное казенное образовательное учреждение  
«Борская средняя общеобразовательная школа»



Утверждаю:

Директор МОУ «БорСШ»

Хильченко Е.А.

« 31 » августа 2016г

Приказ № 84 от 01.09.16

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Основное общее образование

Предмет: физическая культура

Класс: 7-9

Разработана: Майбах Лидией Николаевной

Проверено

Зам директора по УВР

Т.А. Ладаева

« 31 » августа 2016г.

Рассмотрено на МО

Руководитель МО

И.П. Орлова

протокол « \_\_\_ »

от « \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2016

2016 -2017 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа составлена на основе программы «**Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классы**»

Авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич 6-е издание, Москва «Просвещение» 2012 г.

Программа рассчитана на 3 часа в неделю по программе в год: 102

Содержание данной рабочей программы при трёх учебных занятиях в неделю основного общего и среднего (полного) образования по физической культуре направлено на выполнение федерального компонента государственного стандарта образования по физической культуре и на выполнение базовой части комплексной программы по физической культуре.

Помимо выполнения обязательного минимума содержания основных содержательных программ, в зависимости от региона, его особенностей (климатических, национальных), а также от возможностей материальной физкультурно-спортивной базы включается и дифференцированная часть физической культуры.

Данная программа рассчитана на условия типовых образовательных учреждений со стандартной базой для занятий физическим воспитанием и стандартным набором спортивного инвентаря.

При разработке рабочей программы учитывались приём нормативов «Президентских состязаний», а так же участие школы в территориальной Спартакиаде по традиционным видам спорта (футбол, баскетбол, волейбол, лёгкая атлетика, Северное многоборье, Лыжная подготовка).

**Цель физического воспитания:** содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Достижение цели физического воспитания обеспечивается решением следующих задач, направленных на:

- ✓ укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- ✓ обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- ✓ развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
- ✓ приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
- ✓ воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями;
- ✓ содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности

Содержание программного материала состоит из двух основных частей: базовой и вариативной (дифференцированной). Освоение базовых основ физической культуры объективно необходимо и обязательно для каждого ученика. Базовый компонент составляет основу общегосударственного стандарта общеобразовательной подготовки в сфере физической культуры и не зависит от региональных, национальных и индивидуальных особенностей ученика.

	Класс	7	8	9
Форма контроля				
Контроль физической подготовленности		4	4	4

(КФП)			
Тесты	4	4	4

Кроме того, в программе запланировано не менее 47% учебного времени (48 часов в каждом классе) на внеурочную учебную деятельность (ВУД – дни проектов, дни модулей, дни коммуникации, день науки, учебное исследование и т.д.).

#### **Учебно-методический комплекс**

Комплексная программа физического воспитания учащихся 5 – 11 классы: Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич 6-е издание, Москва «Просвещение» 2012 г.

Учебники:

1 Физическая культура 5-7 классы. Учебник для учащихся общеобразовательных организаций/ Т.В.Петрова, Ю.А.Копылов, Н.В.Полянская, С.С.Петров. Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации Москва издательский центр «Вентана - Граф» 2014 ББК 75я 72 Ф50.

2 В.И. Лях, «Физическая культура 8-9 классы»: Учебник 8-9 классы общеобразовательных учреждений/ 3-ое издание Москва. Просвещение 2013 г.

#### **Задачи физического воспитания учащихся 5-9 классов**

✓ Содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды.

✓ Воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены.

✓ Обучение основам базовых видов двигательных действий.

✓ Развитие координационных способностей: ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений и кондиционных: скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости способностей.

✓ Формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основе системы организма, развитие волевых и нравственных качеств, выработку представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля.

✓ Углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах

✓ Воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время, выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи.

✓ Формирование адекватной оценки собственных физических возможностей

✓ Воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности.

✓ Содействие развитию психических процессов и обучение основам саморегуляции.

#### **Требования к уровню подготовки учащихся основной школы**

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «физическая культура» учащиеся по окончании основной школы должны достигнуть следующего уровня развития физической культуры.

**Знать:**

- ✓ Основы истории развития физической культуры в России (в СССР).
- ✓ Особенности развития избранного вида спорта.
- ✓ Педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств, современные формы построения занятий и систем занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью.
- ✓ Биодинамические особенности и содержание физических упражнений общеразвивающей и корригирующей направленности, основы их использования в решении задач физического развития и укрепления здоровья.
- ✓ Физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития и совершенствования средствами физической культуры в разные возрастные периоды
- ✓ Возрастные особенности развития ведущих психических процессов и физических качеств, возможности формирования индивидуальных черт и свойств личности посредством регулярных занятий физической культурой.
- ✓ Психофункциональные особенности собственного организма.
- ✓ Индивидуальные способы контроля над развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышения физической подготовленности.
- ✓ Способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью, правила использования спортивного инвентаря и оборудования, принципы создания простейших спортивных сооружений и площадок.
- ✓ Правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.

**Уметь:**

- ✓ Технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга
- ✓ Проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения
- ✓ Разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности.
- ✓ Контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций.
- ✓ Управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения.
- ✓ Соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях.
- ✓ Пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой.

**Демонстрировать**

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики	Девочки
Скоростные	Бег 60 м с высокого старта	9,2	10,2
Силовые	Прыжок в длину с места	180	165

	Поднимание туловища из положения, лежа на спине, руки за головой	30	28
Выносливость	Кроссовый бег 2 км	8 мин 50	10 мин 20
Координация	Последовательное выполнение пяти кувырков	10,0	14,0
	Бросок малого мяча в стандартную мишень, м	12,0	10,0

### **Двигательные умения, навыки и способности**

**В циклических и ациклических локомоциях:** с максимальной скоростью пробегать 60 м из положения низкого старта; в равномерном темпе бегать до 20 мин (мальчики) и до 15 мин (девочки); после быстрого разбега с 9 – 13 шагов совершать прыжок в длину; выполнять с 9 – 13 шагов разбега прыжок в высоту способом «перешагивание».

**В метаниях на дальность и на меткость:** метать малый мяч и мяч 150 г с места и с разбега (10 – 12 м) с использованием четырехшагового варианта бросковых шагов с соблюдением ритма; метать малый мяч и мяч 150 г с места и с трех шагов разбега в горизонтальную и вертикальную цели с 10 – 15 м, метать малый мяч и мяч 150 г с места по медленно и быстро движущейся цели с 10 – 12 м.

**В гимнастических и акробатических упражнениях:** выполнять акробатическую комбинацию из четырех элементов, включающую кувырки вперед и назад, стойку на голове и руках, длинный кувырок (мальчики), кувырок вперед и назад в полушпагат, мост и поворот в упор, стоя на одном колене (девочки).

**В спортивных играх:** играть в одну из спортивных игр (по упрощенным правилам)

**Физическая подготовленность:** должна соответствовать среднему уровню показателей развития основных физических способностей с учетом региональных условий и индивидуальных возможностей учащихся.

**Способы физкультурно-оздоровительной деятельности:** самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений.

**Способы спортивной деятельности:** участвовать в соревновании по легкоатлетическому четырехборью: бег 60 м, прыжок в длину или в высоту с разбега, метание, бег на выносливость; участвовать в соревнованиях по одному из видов спорта.

**Правила поведения на занятиях физическими упражнениями:** соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену; помогать друг другу и учителю; поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность; проявлять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание.

### **Содержание программы учебного курса 7А класс**

	Тема (глава)	Примерная (авторская) программа	Календарн о тематическ ий план	Годовой календарный график школы
1	Основы знаний		В процессе урока	
2	Лёгкая атлетика	21	21	1ДЗ 1ДК 1ДЗ
3	Спортивные игры «Баскетбол»	14	14	3 ДП
4	Спортивные игры «Волейбол»	14	14	
5	Спортивные игры «Футбол»	8	8	5ДМ
6	Гимнастика с элементами акробатики	18	18	2УИ

7	Лыжная подготовка	18	18	1ДН
8	Северное многоборье	9	9	
	<b>ИТОГО</b>	102		

#### Содержание программы учебного курса 8А класс

	Тема (глава)	Примерная (авторская) программа	Календарн о тематическ ий план	Годовой календарный график школы
1	Основы знаний	В процессе урока		
2	Лёгкая атлетика	21	21	1ДЗ 1ДК 1ДЗ
3	Спортивные игры «Баскетбол»	14	14	3 ДП
4	Спортивные игры «Волейбол»	14	14	
5	Спортивные игры «Футбол»	8	8	5ДМ
6	Гимнастика с элементами акробатики	18	18	2УИ
7	Лыжная подготовка	18	18	1ДН
8	Северное многоборье	9	9	
	<b>ИТОГО</b>	102		

#### Содержание программы учебного курса 9А класс

	Тема (глава)	Примерная (авторская) программа	Календарн о тематическ ий план	Годовой календарный график школы
1	Основы знаний	В процессе урока		
2	Лёгкая атлетика	21	21	1ДЗ 1ДК 1ДЗ
3	Спортивные игры «Баскетбол»	14	14	3 ДП
4	Спортивные игры «Волейбол»	14	14	
5	Спортивные игры «Футбол»	8	8	5ДМ
6	Гимнастика с элементами акробатики	18	18	2УИ
7	Лыжная подготовка	18	18	1ДН
8	Северное многоборье	9	9	
	<b>ИТОГО</b>	102		

#### Средства контроля

##### Перечень контрольных упражнений 7А

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Сроки Проведения № урока
1.	Бег 30 м., 60 м.	2	3.6.
2.	Метание малого мяча	1	11
3.	Бег 1000м.	1	18
4.	Баскетбол: Стойка, бег, поворот, ускорение, остановка	1	15
5.	Баскетбол: Ловля, передача, ведение, бросок	1	27
6.	Групповые упражнения в движении	1	31
7.	Акробатические упражнения	1	35
8.	Силовые упражнения - подтягивание в висе	1	51

9.	Северное многоборье: Тройной прыжок	1	33
	Прыжки через нарты - техника	1	42
10.	Прохождение дистанции 1, 2, 3 км	4	67-68.76-77
11.	Прыжки в высоту с разбега	1	95
	ИТОГО	16	

#### Перечень контрольных упражнений 8А

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Сроки проведения (№ урока)
1.	Бег – 30 м. 60 м. 1000м.	3	
2.	Метание малого мяча	1	
3.	Бег 1000м.	1	
4.	Комбинация: Стойка, бег, поворот, ускорение, остановка	1	
5.	Баскетбол: Ловля, передача, ведение, бросок	1	
6.	Групповые упражнения в движении.	1	
7.	Акробатические упражнения	1	
8.	Северное многоборье: Тройной прыжок	1	
9.	Прыжки через нарты	1	
10.	Подтягивание в висе, в висе лёжа.	1	
11.	Прыжки в высоту с разбега	1	
12.	Прохождение дистанции 2. 3 км	4	
13.	Волейбол: Нижняя прямая подача	1	
	ИТОГО	18	

#### Перечень контрольных упражнений 9А

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Сроки проведения (№ урока)
1.	Бег – 30 м. 60 м. 100 м. 1000м.	4	3. 9.5.100.
2.	Метание малого мяча	2	11
3.	Комбинация: Стойка, бег, поворот, ускорение, остановка	1	15
4.	Баскетбол: Ловля, передача, ведение, бросок	1	18
5.	Групповые упражнения в движении.	1	31
6.	Акробатические упражнения	1	35
7.	Северное многоборье: Тройной прыжок	1	39
8.	Прыжки через нарты	1	42
9.	Подтягивание в висе, в висе лёжа.	1	51
10.	Прыжки в высоту с разбега	1	95
11.	Прохождение дистанции 2. 3 км	3	70-71.81
12.	Волейбол: Нижняя прямая подача	1	84
	ИТОГО	18	

#### Литература и учебно-методические средства обучения

1. «Волейбол», Железняк Ю.Д., Ивойлов А.В., Москва, ФиС 1991 г.
2. «Лыжный спорт», Бутин И.М., Москва, Владос пресс 2003г.

3. «Обучение двигательным действиям в баскетболе на основе теории учебной деятельности», автор – Кудрявцев М.Д., Пашкова Н.В., АПК и ПРО 2003 г.
4. «Оздоровительные основы физических упражнений», Назаренко Л.Д., Владос пресс, 2003 г
5. «Управление оптимальной двигательной активностью учащихся в режиме учебного дня и физической подготовкой на уроках физической культуры», Медведев И.А., КГПУ 2001г.
6. «Физическая культура» 8 кл., издательство «Учитель» 2003 г
7. «Игры на свежем воздухе», Дмитриев В.Н., Москва, из-во Дом МСП, 1998 г
8. «Твой олимпийский учебник»: Учебное пособие для учреждений образования России. Автор В.С. Родиченко и др. Москва «Советский спорт» 2007г.

### Перечень электронных ресурсов по предмету физическая культура

Класс	Наименование электронного ресурса	Место хранения	Примечание
Основное общее образование			
6-8	Презентация «Олимпийские игры - зарождение»	В личном фонде Кабинет	Ресурс подготовлен при помощи: <b>Научно-методический журнал «Физическая культура»</b> Главный редактор Е.В.Жукунов. Москва, ул. Руставели д. 10, корп.3. телефон 619-52-87,619-52-89.
6-8	Ролик «Пекинская Олимпиада»	В личном фонде Кабинет	
6-8	Ролик «Российские медалисты – Пекин 2008»	В личном фонде Кабинет	
6-8	Презентация «Параолимпийские игры»	В личном фонде Кабинет	
6-8	Ролик «Летние параолимпийские игры»	В личном фонде Кабинет	
6-8	«Олимпийский урок 2014 – ценности Олимпийского и Параолимпийского движения»	В личном фонде Кабинет	Ресурс подготовлен при помощи: Сайт
6-8	Презентация «Олимпийский урок 2014-волонтёры»	В личном фонде Кабинет	Картадоступности.pф www.kartadostupnosti.ru
6-8	Презентация «Навстречу Универсиаде 2019»	В личном фонде Кабинет	Сайт министерства krao.ru (через использование баннера «KRASNOYARSK 2019»)

### Перечень учебно-практического оборудования

Кл.	РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ	ОБОРУДОВАНИЕ	
		Примерный перечень необходимого оборудования	Факт
5-9	Гимнастика с основами акробатики	Перекладина гимнастическая	1
		Скамейка гимнастическая жёсткая	6
		Бревно гимнастическое напольное	1
		Маты гимнастические	5
		Коврик гимнастический	6
		Конь гимнастический	2



Легкая атлетика	Мяч малый (мягкий)	5
	Стойки для прыжков в высоту	1
Лыжные гонки	Лыжи детские	48
	Лыжные палки	48
Баскетбол	Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой	2
	Мячи баскетбольные	13
	Сетка для переноса и хранения мячей	1
Волейбол	Сетка волейбольная	2
	Мячи волейбольные	2
Футбол (мини-футбол)	Ворота для мини-футбола	1
	Мячи футбольные	2

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 7А класс

Приложение 1

Неделя	Дата	Коррекция	Всего часов	№ п/п	Содержание	Деятельность учащихся
			<b>11</b>	<b>Легкая атлетика</b>		
1	01.09.16		1	1	ВУД Техника безопасности Бег на 30 м. 40 м	Осваивают и корректируют технику бега
	03.09.16		2	2	<i>ВУД Соревнование по бегу на 30м</i>	Демонстрируют выполнение бега до 30м.
2	07.09.16		3	3	Бег на короткие дистанции 50 м, 60м	Изучают инструкцию по мерам безопасности
	08.09.16		4	4	Высокий старт от 30 м. до 40 м	Осваивают и корректируют технику бега на короткие дистанции
	10.09.16		5	5	<i>ВУД Соревнование по бегу на 60м</i>	
3	14.09.16		6	6	<i>Бег на длинные дистанции 1500м</i>	Выбирают индивидуальный темп бега
	15.09.16		7	7	<i>Бег на длинные дистанции 2000м</i>	
	17.09.16		8	8	<i>ВУД Акция мы выбираем спорт! Бег -1000 м</i>	Демонстрируют бег на дистанции
4	21.09.16		9	9	Метание мяча весом 150 г. с места на дальность	Осваивают и корректируют технику метания мяча
	22.09.16		10	10	<b>ВУД</b> / Метание мяча весом 150 г. с разбега	
	24.09.16		11	11	<i>КФП (контроль физической подготовленности)</i>	Демонстрируют динамику развития
			<b>14/1</b>	<b>Спортивные игры: Баскетбол, в/ч (президентские состязания)</b>		
5	28.09.16		1.	12	Приёмы передвижения, остановок, поворотов, стоек	Осваивают технику игровых приёмов
	29.09.16		2.	13	Передача мяча одной и двумя с места	
	01.10.16		3.	14	<i>ВУД Практическое задание по баскетболу</i>	Корректируют технику игровых приёмов
6	05.10.16		4.	15	Передача мяча одной и двумя после ведения	Корректируют технику игровых приёмов
	06.10.16		5.	16	Броски мяча одной и двумя с места, после ведения	
	08.10.16		6.	17	<i>ВУД / Соревнование по баскетболу</i>	Демонстрируют технику и тактику игры
7	12.10.16		7.	18	Повороты без мяча и с мячом в баскетболе	Осваивают технику игровых приёмов
	13.10.16		8.	19	Ловля и передача мяча без сопротивления в игре	
	15.10.16		1	20	<i>ВУД "Президентские состязания"</i>	Демонстрируют динамику развития
8	19.10.16		9.	21	Ведение мяча без сопротивления в баскетболе	Корректируют технику владения мячом
	20.10.16		10.	22	Ведение мяча с сопротивлением в баскетболе	
	22.10.16		11.	23	<i>ВУД Соревнование по баскетболу</i>	Совершенствуют технику и тактику игры
9	26.10.16		12.	24	<b>ВУД</b> / Броски двумя руками от груди с места	

	27.10.16		13.	25	Броски двумя руками от груди после ведения	Осваивают технику бросков в баскетболе
	29.10.16		14.	26	<i>ВУД Турнир по баскетболу</i>	Демонстрируют умение играть в баскетбол
<b>18/4/2 Гимнастика с элементами акробатики, в/ч (Северное многоборье, волейбол)</b>						
10			1.	27	Техника безопасности на уроках гимнастики	Изучают инструкция по т/ безопасности
			2.	28	Выполнение команд: «Полный шаг!» «Полшага!»	Выполняют строевые упражнения
			1	29	<i>ВУД Северное многоборье - тройной прыжок</i>	Закрепляют и корректируют технику прыжка
11			3.	30	Групповые упражнения в движении	Составляют комбинации из упражнений и демонстрируют технику выполнения
			4.	31	Групповые упражнения в движении с мячом	
			2	32	<i>ВУД Северное многоборье - тройной прыжок</i>	Демонстрируют технику тройного прыжка
12			5.	33	Освоение акробатических упражнений	Составляют акробатические комбинации из
			6.	34	Кувырок вперёд в стойку на лопатках (м) Полушпагат	разученных упражнений
			1	35	<i>ВУД Личное первенство по шахматам и шашкам</i>	Демонстрируют умение играть в игры
13			7.	36	<b>ВУД</b> Длинный кувырок, гимнастический мост	Составляют комбинации из упражнений
			8.	37	Стойка на голове с согнутыми ногами; кувырок назад	
			3	38	<i>ВУД Северное многоборье - прыжки через нарты</i>	Осваивают технику прыжков через нарты
14			9.	39	Два кувырка вперёд слитно; «мост» из положения стоя	Закрепляют и корректируют технику акробатических комбинаций
			10.	40	Стойка на голове с согнутыми ногами; «мост»	
			1	41	<i>ВУД Игры по волейболу</i>	Закрепляют умение играть
15			11.	42	Лазанье по канату в два приёма	Осваивают технику выполнения
			12.	43	Лазанье по канату в три приёма	
			13.	44	<i>ВУД Игры - эстафеты с элементами акробатики</i>	Закрепляют технику акробатических заданий
16			14.	45	Опорный прыжок – прыжок, согнув ноги	Осваивают технику опорных прыжков (Конь в ширину, высота 100-115см)
			15.	46	Опорный прыжок – прыжок, согнув ноги	
			4	47	<i>ВУД Северное многоборье - прыжки через нарты</i>	Осваивают технику прыжков через нарты
17			16.	48	Упражнение передвигание в вися (м)	Осваивают технику выполнения силовых упражнений
			17.	49	Упражнение, в вися лёжа - подтягивание (д.)	
			18.	50	ВУД КФП (контроль физической подготовленности)	Демонстрируют динамику развития
<b>18 /5/ 4/ 3 Лыжная подготовка, в/ч (Северное многоборье, волейбол)</b>						
18			1.	51	Техника безопасности на уроках лыжной подготовки	Изучают инструкция по т/ безопасности
			1	52	ВУД Древние и современные Олимпийские игры	Изучают историю Олимпийских игр
			1	53	<i>ВУД Северное многоборье - тройной прыжок</i>	Осваивают технику прыжка

19		2.	54	Одновременный одношажный ход	Бег 7 мин	Осваивают технику	Развивают выносливость
		3.	55	Преодоление бугров и впадин	Игра баскетбол		Овладевают игрой
		2	56	ВУД/ КФП (контроль физической подготовленности)		Демонстрируют динамику развития	
20		4.	57	Способы торможения	Бег 8 мин	Осваивают технику	Развивают выносливость
		5.	58	Одновременный одношажный ход	Игра баскетбол		Овладевают игрой
		2	59	<i>ВУД Северное многоборье - тройной прыжок</i>		Овладевают техникой	
21		6.	60	Повороты на месте махом	Бег 9 мин	Осваивают технику	Развивают выносливость
		7.	61	<b>ВУД</b> /Техника конькового хода	Игра баскетбол		Овладевают игрой
		3	62	<i>ВУД Северное многоборье - тройной прыжок</i>		Овладевают техникой	
22		8.	63	Прохождение дистанции 3 км.	Бег 7 мин	Осваивают технику	Развивают выносливость
		9.	64	Подъём скользящим шагом	Баскетбол		Овладевают игрой
		4	65	<i>ВУД Северное многоборье - прыжки через нарты</i>		Демонстрируют технику выполнения	
23		10.	66	Коньковый ход	Игра волейбол	Демонстрируют технику	
		11.	67	Коньковый ход	Бег 8 мин		Развивают выносливость
		1	68	<i>Стойки, перемещения в игре волейбол</i>		Демонстрируют технику выполнения	
24		12.	69	Коньковый ход.	Волейбол	Осваивают технику выполнения	
		13.	70	Коньковый ход.	Бег 9 мин.	Развивают выносливость	
		5	71	<i>ВУД Северное многоборье - прыжки через нарты</i>		Овладевают техникой выполнения	
25		14.	72	Спуски с гор	Бег 10 мин	Развивают выносливость	
		15.	73	Прохождение дистанции 2 км	Волейбол	Осваивают технику	
		2	74	<i>ВУД Игра в волейбол</i>	Волейбол		Овладевают игрой
26		16.	75	Лыжные гонки 2,3 км		Демонстрируют технику лыжных ходов, соблюдают правила безопасности	
		17.	76	Лыжные гонки 2,3 км			
		18.	77	<i>ВУД Лыжня России-2017</i>			
27		3	78	Основные правила игры в волейбол		Изучают правила игры в волейбол	
		4	79	Основные приёмы игры в волейбол		Овладевают основными приёмами игры	
		3	80	ВУД Игра в волейбол		Овладевают игрой	
<b>9/10/3 Спортивные игры Лёгкая атлетика, в/ч (Футбол)</b>							
28		1.	81	Техника безопасности на уроках спортивных игр		Изучают инструкция по т/ безопасности	
		2.	82	Передача мяча двумя руками в парах		Совершенствуют технику передач	
		3.	83	<i>ВУД Игра в мини-волейбол</i>		Принимают участие в играх по волейболу	

29		4.	84	Передача мяча двумя руками над собой в игре	Совершенствуют технику передач
		5.	85	Передача мяча двумя руками через сетку в волейболе	
		6.	86	<i>ВУД Игра в мини-волейбол</i>	Принимают участие в соревнование
30		7.	87	Передача мяча двумя руками в парах	Совершенствуют технику приёмов в игре волейбол
		8.	88	Нижняя, верхняя прямая подача в волейболе	
		9.	89	<i>ВУД Игра в мини-волейбол</i>	Овладевают правилами игры
31		1.	90	Прыжки в длину с разбега "Согнув ноги"	Осваивают и закрепляют технику прыжков с разбега в длину, высоту
		2.	91	Прыжки в высоту с разбега "Перешагиванием"	
		1	92	<i>ВУД Игра в мини-футбол</i>	Овладевают приёмами игры
32		3.	93	Прыжки в длину с разбега "Согнув ноги"	Осваивают и закрепляют технику прыжков с разбега в длину, высоту
		4.	94	Прыжки в высоту с разбега "Перешагиванием"	
		2	95	<i>ВУД Игры - эстафеты с элементами футбола</i>	Демонстрируют динамику развития
33		5.	96	Метание малого мяча с места на дальность	Корректируют технику выполнения метательных упражнений
		6.	97	Метания малого мяча с разбега на дальность	
		7.	98	<i>ВУД Бег 100 м, игра мини - футбол</i>	Демонстрируют динамику развития
34		8.	99	Бег 60м., 1000 м	Демонстрируют уровень физической подготовленности
		9.	100	<b>ВУД/КФП</b> (контроль физической подготовленности)	
		3	101	<i>Турнир по футболу</i>	Демонстрируют тактику и технику игры
35			102	Бег на короткие дистанции 30 м, 60м	Осваивают и корректируют технику бега

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 8 класс

Приложение 4

Неделя	Дата	Коррекция	№ п/п	Всего часов	Содержание	Деятельность учащихся
1			<b>11</b>		<b>Легкая атлетика</b>	
	02.09.16		1.	1.	<i>ВУД – Современные Олимпийские игры</i>	Пополняют знания
	03.09.16		2.	2.	<i>ВУД Бег на короткие дистанции 30 м</i>	Демонстрируют бег на дистанции
2	07.09.16		3.	3.	Техника безопасности. Бег на 30,60м	Инструкция по мерам безопасности.
	09.09.16		4.	4.	Высокий старт. Бег 30, 60 м	Корректируют технику старта
	10.09.16		5.	5.	<i>ВУД Бег на короткие дистанции 60 м</i>	Демонстрируют бег на дистанции
3	14.09.16		6.	6.	<i>Бег 1000 м в равномерном темпе</i>	Корректируют технику финиширования
	16.09.16		7.	7.	<i>ВУД - Бег 1000 м</i>	Выбирают индивидуальный темп передвижения
	17.09.16		8.	8.	<i>ВУД Акция мы выбираем спорт! Бег -1000 м</i>	Демонстрируют бег на дистанции
4	21.09.16		9.	9.	Бег 1500 метров в равномерном темпе	Выбирают индивидуальный темп передвижения
	23.09.16		10.	10.	Метания малого мяча с места на дальность	Корректируют технику выполнения
	24.09.16		11.	11.	ВУД Метание мяча с места на дальность	Демонстрируют технику метания
5			<b>15</b>		<b>Спортивная игра: «Баскетбол» Баскетбол (в/ч)</b>	
	28.09.16		1.	12.	Комбинация: остановка, поворот, ускорение	Корректируют технику стоек
	30.09.16		2.	13.	Ловля и передача мяча без сопротивления	Осваивают технику игровых приёмов
	01.10.16		3.	14.	<i>ВУД Ведения мяча без сопротивления в игре</i>	Корректируют технику ведения мяча
6	05.10.16		4.	15.	<i>ВУД - «Президентские состязания »</i>	<i>Демонстрируют динамику развития</i>
	07.10.16		5.	16.	Ведения мяча с сопротивлением в баскетболе	Демонстрируют практическое задание
	08.10.16		6.	17.	<i>ВУД Соревнование по баскетболу</i>	Корректируют технику ловли и передачи мяча
7	12.10.16		7.	18.	Броски мяча без сопротивления	Демонстрируют технику игровых приемов
	14.10.16		8.	19.	Перехват мяча	Демонстрируют умение играть по правилам
	15.10.16		9.	20.	<i>ВУД Соревнование по баскетболу</i>	Корректируют технику вырывания
8	19.10.16		10.	21.	Выбивание мяча	Корректируют технику выбивания
	21.10.16		11.	22.	Комбинация: ловля, передача, ведение бросок	Демонстрируют умение играть по правилам
	22.10.16		12.	23.	<i>Практическое задание по баскетболу</i>	Демонстрируют практическое задание
9	26.10.16		13.	24.	<i>ВУД - Игра по правилам</i>	Демонстрируют умение играть
	28.10.16		14.	25.	<i>ВУД - Индивидуальные тактические действия</i>	Совершенствуют технику игровых приёмов

	29.10.16		15.	26.	<i>ВУД Турнир по баскетболу</i>	Демонстрируют умение играть
			<b>19/4/1</b>		<b>Гимнастика с элементами акробатики <i>Северное многоборье (в/ч)</i></b>	
10			1.	27.	Техника безопасности на уроках гимнастики	Инструкцией по мерам безопасности
			2.	28.	Строевые упражнения	Осваивают строевые упражнения
			3.	29.	<i>ВУД Групповые упражнения</i>	Осваивают выполнение упражнения
11			4.	30.	Групповые упражнения	Закрепляют выполнение упражнения
			5.	31.	Акробатическое соединение	Корректируют технику выполнения
			6.	32.	<i>ВУД - Соревнование по подтягиванию</i>	Демонстрируют динамику развития
12			7.	33.	Акробатическое соединение	Закрепляют и корректируют технику
			8.	34.	Стойка на руках с помощью	Совершенствуют и корректируют технику
			9.	35.	<i>ВУД Соревнование по гимнастике</i>	Демонстрируют технику выполнения
13			10.	36.	<i>ВУД - Кувырок назад с выходом в стойку на руках</i>	Осваивают технику выполнения
			11.	37.	Кувырки вперёд, назад	Осваивают технику выполнения прыжков
			<i>1</i>	38.	<i>ВУД Первенство школы по баскетболу</i>	Демонстрируют умения играть
14			12.	39.	Опорный прыжок через коня	Осваивают технику опорных прыжков
			13.	40.	Опорный прыжок через коня	Осваивают технику опорных прыжков
			14.	41.	ВУД - Контроль физической подготовленности	Демонстрируют динамику развития
15			15.	42.	Опорный прыжок через коня	Осваивают технику выполнения силовых
			16.	43.	Опорный прыжок через коня	Демонстрируют технику выполнения
			17.	44.	<i>ВУД - Соревнование по силовым упражнениям</i>	Демонстрируют динамику развития
16			18.	45.	Подъём переворотом, подъём силой в упор	Осваивают технику выполнения
			19.	46.	Перекладина – Подъём переворотом в упор	Демонстрируют динамику развития
			<i>1</i>	47.	ВУД Тройной национальный прыжок	Осваивают технику тройного национального прыжка
17			2.	48.	Тройной национальный прыжок	Демонстрируют технику выполнения
			3.	49.	Тройной национальный прыжок	Демонстрируют технику выполнения
			4.	50.	<i>ВУД - Соревнование по северному многоборью</i>	Демонстрируют технику выполнения
			<b>19/9/2</b>		<b>Лыжная подготовка <i>Спортивные игры: "Баскетбол", "Волейбол" (в/ч).</i></b>	
18			1.	51.	Техника безопасности на уроках лыжной подготовке	Инструкция по мерам безопасности
			<i>1</i>	52.	Прыжки через нарты	Демонстрируют технику выполнения
			2	53.	<i>ВУД - Соревнование по северному многоборью</i>	Демонстрируют технику
19			2.	54.	Коньковый ход   Бег 8 мин	Осваивают технику   Развивают выносливость

		3.	55.	Спуски, подъемы	Баскетбол	Корректируют технику и тактику игры	
		1	56.	<i>ВУД - Личное первенство по н / теннису</i>		Демонстрируют умение играть	
20		4.	57.	Прохождение дистанции 2 км	Бег 9 мин	Закрепляют технику	Развивают выносливость
		5.	58.	Способы подъемов	Баскетбол	Корректируют технику и тактику игры	
		2	59.	<i>ВУД - Турнир по баскетболу</i>		Овладевают игрой	
21		6.	60.	<b>ВУД - Способы торможения</b>		Закрепляют технику	
		3	61.	Игра баскетбол		Демонстрируют умение играть	
		4	62.	<i>ВУД - Личное первенство по н / теннису</i>		Демонстрируют умение играть	
22		12.	63.	Прохождение дистанции 3 км	Бег 11 мин	Закрепляют технику	Развивают выносливость
		5	64.	Игра баскетбол		Овладевают игрой	
		6	65.	<i>ВУД Игра в волейбол</i>		Демонстрируют умение играть по правилам	
23		13.	66.	Прохождение дистанции 3 км	Бег 12 мин	Закрепляют технику	Развивают выносливость
		14.	67.	Переход с хода на ход		Волейбол	
		7	68.	<i>ВУД - Конкурс: «23 февраля»</i>		Закрепляют технику конкурсных заданий	
24		15.	69.	Коньковый ход	Баскетбол	Техника хода	Овладевают игрой
		16.	70.	Прохождение дистанции 3 км	Бег 13 мин	Развивают выносливость	
		8	71.	<i>ВУД Игра волейбол</i>		Овладевают игрой	
25		17.	72.	Прохождение дистанции 3 км	Волейбол	Демонстрируют технику	
		18.	73.	<i>Игры на лыжах</i>		Демонстрируют технику	
		9	74.	<i>ВУД Подачи мяча в игре волейбол</i>		Демонстрируют технику	
26		19.	75.	Прохождение дистанции 3 км	Бег 14 мин	Демонстрируют	Развивают выносливость
		20.	76.	Прохождение дистанции 3 км	Волейбол	прохождение	Овладевают игрой
		1	77.	<i>День здоровья «Лыжня завет!»</i>		Осваивают и закрепляют технику	
27		21.	78.	Прохождение дистанции 3 км	Баскетбол	Осваивают и совершенствуют технику игры	
		10	79.	Игра в волейбол		Демонстрируют технику	
		2	80.	<i>ВУД Лыжня России-2017</i>		Закрепляют технику	
		<b>13/9</b>		<b>Спортивные игры: «Волейбол» Лёгкая атлетика, «Волейбол» (в/ч)</b>			
28		1.	81.	Способы передвижения в волейболе		Осваивают технику	
		2.	82.	<i>Игра в волейбол</i>		Совершенствуют и корректируют технику	
		3.	83.	ВУД Варианты подач мяча		Осваивают технику приёма и передачи мяча	
29		4.	84.	Индивидуальные действия в нападении		Осваивают и закрепляют технику	
		5.	85.	<i>ВУД - Индивидуальные действия в защите</i>		Овладевают игрой	



			6.	86.	ВУД <i>Игра в волейбол</i>	Овладевают приёмами игры
30			7.	87.	Индивидуальные действия в нападении	Осваивают и закрепляют технику
			8.	88.	<i>Индивидуальные действия в защите</i>	Демонстрируют технику выполнения
			9.	89.	ВУД Групповые действия в защите	Осваивают и закрепляют технику
31			10.	90.	Игра волейбол	Демонстрируют технику выполнения
			11.	91.	<i>Игра волейбол</i>	
			12.	92.	ВУД Игра по правилам	
32			13.	93.	Подачи мяча	Осваивают технику выполнения
			1	94.	<i>«Как выполнить нормы ГТО?»</i>	Изучают технику выполнения нормативов
			2	95.	ВУД Метание гранаты с места на дальность	Осваивают технику
33			3	96.	<i>Техника прыжка в высоту</i>	Демонстрируют технику приёма и передачи
			4	97.	<i>Техника прыжка в длину</i>	Осваивают технику прыжка
			5	98.	<i>ВУД Соревнование по бегу 2000м</i>	Выбирают индивидуальный темп бега
34			6	99.	Бег 100 м, 1000м на время	Овладение игрой
			7	100.	Метание мяча с разбега на дальность	Осваивают технику
			8	101.	<i>ВУД - Соревнование по метанию мяча</i>	Демонстрируют технику выполнения
35			9	102.	<i>ВУД Бег на короткие дистанции 30 м 60м</i>	Осваивают и корректируют технику бега

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 9 класс

Приложение 5

Неделя	Дата	Коррекция	Всего часов	№ п/п	Содержание	Деятельность учащихся
<b>10 Легкая атлетика</b>						
1	03.09.16		1.	1	<i>ВУД</i> Бег с низкого старта 30м. Бег 60м	Демонстрируют выполнение бега до 30м.
2	05.09.16		2.	2	Техника безопасности. Низкий старт Бег 30м	Изучают инструкцию по мерам безопасности Осваивают и корректируют технику бега на короткие дистанции
	07.09.16		3.	3	Высокий старт. Бег от 60 м до 100 м	
	10.09.16		4.	4	<i>ВУД Соревнование по бегу на короткие дистанции</i>	
3	12.09.16		5.	5	<i>Бег на длинные дистанции 1500 м, 2000 м</i>	Выбирают индивидуальный темп бега
	14.09.16		6.	6	<i>Бег на длинные дистанции 2000м</i>	
	17.09.16		7.	7	<i>ВУД Акция мы выбираем спорт! Бег -1000 м</i>	
4	19.09.16		8.	8	Метание мяча весом 150 г. с места на дальность	Осваивают и корректируют технику метания мяча
	21.09.16		9.	9	<b>ВУД</b> /Метание мяча весом 150 г. с разбега	
	24.09.16		10.	10	<i>КФК (контроль физической подготовленности)</i>	Демонстрируют уровень развития
<b>14/1 Спортивные игры: 9 - Баскетбол, в/ч (Президентские состязания)</b>						
5	26.09.16		1	11	Способы передвижения, остановок, поворотов, стоек	Описывают технику игровых приёмов
	28.10.16		2	12	Ловля и передача мяча одной и двумя с места	Осваивают самостоятельно, устраняя ошибки
	01.10.16		3	13	<i>ВУД Практическое задание по баскетболу</i>	Корректируют технику игровых приёмов
6	03.10.16		4	14	Ловля и передача мяча одной и двумя после ведения	Осваивают самостоятельно, устраняя ошибки
	05.10.16		5	15	Броски мяча одной и двумя с места, после ведения	
	08.10.16		6	16	<i>ВУД Соревнование по баскетболу</i>	Демонстрируют технику и тактику игры
7	10.10.16		7	17	Повороты без мяча и с мячом в баскетболе	Осваивают технику игровых приёмов
	12.10.16		8	18	Ловля и передача мяча без сопротивления в игре	
	15.10.16		1	19	<i>ВУД "Президентские состязания"</i>	Демонстрируют динамику развития
8	17.10.16		9	20	Ведение мяча без сопротивлением в баскетболе	Корректируют технику владения мячом
	19.10.16		10	21	Ведение мяча с сопротивлением в баскетболе	
	22.10.16		11	22	<i>КФК (контроль физической подготовленности)</i>	Демонстрируют динамику развития
9	24.10.16		12	23	<b>ВУД</b> / Броски одной и двумя руками в прыжке	Осваивают технику бросков в баскетболе
	26.10.16		13	24	Броски одной двумя руками в прыжке	

	29.10.16		14	25	<i>ВУД Турнир по баскетболу</i>	Моделируют тактику игровых действий
			<b>18/4/2 Гимнастика с элементами акробатики, в/ч (Северное многоборье)</b>			
10			1	26	Техника безопасности на уроках гимнастики	Изучают инструкция по т/ безопасности
			2	27	Переход с шага на месте на ходьбу в колонне	Выполняют строевые упражнения
			1	28	<i>ВУД Северное многоборье - тройной прыжок</i>	Закрепляют и корректируют технику прыжка
11			3	29	Групповые упражнения в движении без предметов	Составляют комбинации из упражнений и описывают технику выполнения
			4	30	Групповые упражнения в движении с гантелями	
			2	31	<i>ВУД Северное многоборье - тройной прыжок</i>	Закрепляют и корректируют технику прыжка
12			5	32	Длинный кувырок вперёд с 3-х шагов разбега	Составляют акробатические комбинации из разученных упражнений
			6	33	Кувырок вперёд в стойку на лопатках (м) Полушпагат	
			1	34	<i>ВУД Личное первенство по шахматам и шашкам</i>	Демонстрируют умение играть в игры
13			7	35	<b>ВУД//</b> Длинный кувырок, «Мост»	Осваивают технику выполнения
			8	36	Стойка на голове с согнутыми ногами; кувырок назад	Составляют комбинации из упражнений
			3	37	<i>ВУД Северное многоборье - прыжки через нарты</i>	Демонстрируют технику прыжка
14			9	38	Два кувырка вперёд слитно, «мост»	Закрепляют и корректируют технику акробатических комбинаций
			10	39	Стойка на голове с согнутыми ногами; «мост»	
			1	40	<i>ВУД Игры в волейбол</i>	Демонстрируют умение играть в волейбол
15			11	41	Переключина Подъём переворотом в упор (м. д.)	Осваивают технику выполнения
			12	42	Переключина Подтягивание в висе, висе лёжа	Демонстрируют динамику развития
			13	43	<i>ВУД Первенство школы по баскетболу</i>	Демонстрируют умение играть в баскетбол
16			14	44	Опорный прыжок – прыжок, согнув ноги	Осваивают технику опорных прыжков (Конь в ширину, высота 100-115см)
			15	45	Опорный прыжок – прыжок, согнув ноги	
			4	46	<i>ВУД Северное многоборье - прыжки через нарты</i>	Осваивают технику прыжков через нарты
17			16	47	Упражнение передвижение в висе (м)	Осваивают технику выполнения
			17	48	Самостоятельное составление комбинации с обручем	комбинации
			18	49	<i>КФК (контроль физической подготовленности)</i>	Демонстрируют динамику развития
			<b>18/5/4/3 Лыжная подготовка, в/ч (Северное многоборье, волейбол)</b>			
18			1	50	Техника безопасности на уроках лыжной подготовки	Изучают инструкцию по мерам безопасности
			1	51	Древние Олимпийские игры	Изучают историю Олимпийских игр
			1	52	<i>ВУД Северное многоборье - тройной прыжок</i>	Осваивают технику прыжка
19			2	53	Одновременный одношажный ход   Бег бмин	Развивают выносливость

		3	54	Переход с одного хода на другой	Игра баскетбол		Овладевают игрой
		1	55	<i>КФК (контроль физической подготовленности)</i>		Демонстрируют динамику развития	
20		4	56	Коньковый ход	Бег 7 мин	Развивают выносливость	
		5	57	Преодоление бугров и впадин	Игра баскетбол		Овладевают игрой
		2	58	<i>ВУД Северное многоборье - тройной прыжок</i>		Осваивают технику прыжка	
21		6	59	<b>ВУД/</b> Способы торможения	Бег 8 мин	Развивают выносливость	
		7	60	Коньковый ход	Игра баскетбол		Овладевают игрой
		3	61	<i>ВУД Северное многоборье - тройной прыжок</i>		Овладевают техникой	
22		8	62	Преодоление контр уклона	Бег 9 мин	Развивают выносливость	
		9	63	Техника конькового хода	Игра баскетбол		Овладевают игрой
		4	64	<i>ВУД Северное многоборье - прыжки через нарты</i>		Демонстрируют технику выполнения	
23		10	65	Прохождение дистанции 3-5 км.	Бег 7 мин	Развивают выносливость	
		11	66	Подъём скользящим шагом	Баскетбол		Овладевают игрой
		1	67	<i>ВУД Игра в волейбол</i>		Демонстрируют технику выполнения	
24		12	68	Коньковый ход	Игра волейбол	Демонстрируют технику	
		13	69	Коньковый ход	Бег 8 мин	Развивают выносливость	
		5	70	<i>ВУД Северное многоборье - прыжки через нарты</i>		Овладевают техникой выполнения	
25		14	71	Коньковый ход.	Волейбол	Осваивают технику выполнения	
		15	72	Коньковый ход.	Бег 9 мин.	Развивают выносливость	
		2	73	<i>ВУД Игра в волейбол</i>		Овладевают игрой	
26		16	74	Спуски с гор		Совершенствуют технику выполнения	
		17	75	Прохождение дистанции 2 км	Бег 10 мин	Развивают выносливость	
		18	76	<i>ВУД Игры на лыжах</i>			Овладевают игрой
27		3	77	Нападающий удар в волейболе		Осваивают технику нападающего удара	
		4	78	Блокирование в волейболе		Осваивают технику блокирования	
		1	79	<i>ВУД Лыжня России-2017</i>	Демонстрируют технику лыжных гонок		
<b>9/11/3      Спортивные игры      Лёгкая атлетика, в/ч (Футбол)</b>							
28		1	80	Техника безопасности на уроках спортивных игр		Изучают инструкция по т/ безопасности	
		2	81	Передача мяча двумя руками над собой в волейболе		Совершенствуют технику передач	

			3	82	<i>ВУД / Игра волейбол</i>	Принимают участие в соревнование
29			4	83	Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку	Совершенствуют технику передач в игре волейбол
			5	84	Передача мяча сверху, стоя спиной к цели	
			1	85	<i>ВУД Игра в мини-футбол</i>	Принимают участие в соревнование
30			6	86	Приём мяча, отражённого сеткой в волейболе	Совершенствуют технику приёмов в игре волейбол
			7	87	Нижняя прямая подача мяча в заданную цель	
			2	88	<i>ВУД Игра в мини-футбол</i>	Овладевают правилами игры
31			8	89	Прямой нападающий удар при встречных передачах	Совершенствуют технику приёма
			9	90	Групповой блок, игра в защите в зоне 3	Совершенствуют тактику игры в защите
			3	91	<i>ВУД Игра в мини-футбол</i>	Овладевают приёмами игры
32			1	92	Прыжки в длину с разбега "Согнув ног»	Осваивают и закрепляют технику прыжков с разбега в длину, высоту
			2	93	Прыжки в высоту с разбега "Перешагиванием"	
			3	94	<i>ВУД "Выполнение норм ГТО?" Игра футбол</i>	Демонстрируют динамику развития
33			4	95	Метание малого мяча с места на дальность	Корректируют технику выполнения метательных упражнений
			5	96	Метания малого мяча с разбега на дальность	
			6	97	<i>ВУД Соревнование "Силовое многоборье"</i>	Демонстрируют динамику развития
34			7	98	Бег 60м., 100 м	Демонстрируют динамику развития
			8	99	<b>ВУД/КФП</b> (контроль физической подготовленности)	Демонстрируют динамику развития
			9	100	<i>ВУД Соревнование по бегу 3000м, 2000м</i>	Демонстрируют динамику развития
35			10	101	Бег с низкого старта 30м, 60м	Осваивают и корректируют технику бега
			11	102	<i>ВУД Бег с низкого старта 30м. Бег 60м</i>	Демонстрируют выполнение бега до 30м.

**График занятий физической культурой (внеурочная учебная деятельность)  
на первое полугодие для учащихся 7-9 классов 2016-2017 учебный год**

№ п/п	Дата	7 класс	8 класс	9 класс
		Тема		
1.	03.09.2016	<i>Соревнование по бегу на дистанции 30м</i>	<i>Бег на дистанции 30 м</i>	<i>Техника бега на дистанции 30 м</i>
2.	10.09.2016	<i>Соревнование по бегу на дистанции 60м</i>	<i>Бег на дистанции 60 м</i>	<i>Соревнование по бегу на дистанции 60м</i>
3.	17.09.2016	<i>"Мы выбираем спорт!" Бег -1000 м</i>	<i>"Мы выбираем спорт!" Бег -1000 м</i>	<i>" Мы выбираем спорт!" Бег -1000 м</i>
4.	24.09.2016	<i>Контроль физической подготовленности</i>	<i>Метание мяча с места на дальность</i>	<i>Контроль физической подготовленности</i>
5.	01.10.2016	<i>Практическое задание по баскетболу</i>	<i>Ведения мяча без сопротивления в игре</i>	<i>Варианты заданий по баскетболу</i>
6.	08.10.2016	<i>Соревнование по баскетболу</i>	<i>Соревнование по баскетболу</i>	<i>Соревнование по баскетболу</i>
7.	15.10.2016	<i>"Президентские состязания"</i>	<i>Практическое задание по баскетболу</i>	<i>"Президентские состязания"</i>
8.	22.10.2016	<i>Соревнование по баскетболу</i>	<i>Турнир по баскетболу</i>	<i>Контроль физической подготовленности</i>
9.	29.10.2016	<i>Турнир по баскетболу</i>	<i>Групповые упражнения по гимнастике</i>	<i>Турнир по баскетболу</i>
10.	12.11.2016	<i>Северное многоборье - тройной прыжок</i>	<i>Соревнование по подтягиванию</i>	<i>Северное многоборье - тройной прыжок</i>
11.	19.11.2016	<i>Северное многоборье - тройной прыжок</i>	<i>Соревнование по гимнастике</i>	<i>Северное многоборье - тройной прыжок</i>
12.	26.11.2016	<i>Личное первенство по шахматам и шашкам</i>	<i>Первенство школы по баскетболу</i>	<i>Северное многоборье - тройной прыжок</i>
13.	03.12.2016	<i>Северное многоборье - прыжки через нарты</i>	<i>Соревнование по гимнастике</i>	<i>Личное первенство по шахматам, шашкам</i>
14.	10.12.2016	<i>Игры по волейболу</i>	<i>Соревнование по силовым упражнениям</i>	<i>Прыжки через нарты</i>
15.	17.12.2016	<i>Игры - эстафеты с элементами акробатики</i>	<i>Соревнование по силовым упражнениям</i>	<i>Первенство школы по баскетболу</i>
16.	24.12.2016	<i>КФП (контроль физической подготовленности)</i>	<i>Соревнование по северному многоборью</i>	<i>Контроль физической подготовленности</i>

Проверено:

Руководитель МО \_\_\_\_\_ /И.П. Орлова