

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Ракитянская средняя общеобразовательная школа №1»
Ракитянского района Белгородской области

**Календарно-тематическое планирование
по физической культуре
для 5 класса**

**Приложение к рабочей программе по физической культуре
основного общего образования,
утвержденной приказом № 401 от 30 августа 2014 года**

Количество часов в неделю 3 час, количество учебных недель 34,
количество часов в год 102.

Планирование составлено на основе комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (Авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, 2008 г.).

№ уро ка	Наименование раздела и тем		Часы учебного времени	Примечание Основы знаний по физической культуре в процессе урока
1	Лёгкая атлетика	Знания о физической культуре Развитие физических качеств На овладение техникой спринтерского бега	1	
2	Лёгкая атлетика	Знания о физической культуре Развитие физических качеств На овладение техникой спринтерского бега	1	Выполнить карточку-задание №34
3	Лёгкая атлетика Урок- соревнование	Соревнование На овладение организаторскими умениями Развитие физических качеств	1	<u>Основы теории.</u>
4	Лёгкая атлетика	Знания о физической культуре Развитие физических качеств На овладение техникой спринтерского бега	1	Бег 30 м. С высокого старта.
5	Лёгкая атлетика	Знания о физической культуре Развитие физических качеств На овладение техникой спринтерского бега На овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность	1	Эстафета на полосе препятствий Эстафета по кругу Русская лапта
6	Лёгкая атлетика Урок- соревнование	Соревнование На овладение организаторскими умениями Развитие физических качеств	1	Соревнование с элементами лёгкой атлетики (комплекс ГТО) Эстафета на полосе препятствий
7	Лёгкая атлетика	Знания о физической культуре Развитие физических качеств На овладение техникой спринтерского бега На овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность	1	Сильный бросок Перестрелка Русская лапта

8	Лёгкая атлетика	Знания о физической культуре Развитие физических качеств На овладение техникой спринтерского бега На овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность На овладение техникой прыжка в длину	1	Быстрые и ловкие Русская лапта
9	Лёгкая атлетика Урок-соревнование	Соревнование На овладение организаторскими умениями Развитие физических качеств	1	Соревнование по подвижным играм
10	Лёгкая атлетика	Знания о физической культуре Развитие физических качеств На овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность	1	Догоняй-убегай Перебежка с выручкой Русская лапта
11	Лёгкая атлетика	Знания о физической культуре Развитие физических качеств На овладение техникой прыжка в длину На овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность	1	Борьба за мяч Метко в цель Русская лапта
12	Лёгкая атлетика Урок-соревнование	Соревнование На закрепление легкоатлетических упражнений На овладение организаторскими умениями Развитие физических качеств	1	Соревнование с элементами лёгкой атлетики
13	Лёгкая атлетика	Знания о физической культуре Развитие физических качеств На овладение техникой прыжка в длину	1	Борьба за мяч Метко в цель Русская лапта
14	Лёгкая атлетика	Совершенствование техники прыжка в длину	1	Игра «Кзнечик»
15	Лёгкая атлетика	Закрепление техники прыжка в длину	1	Встречные эстафеты
16	Лёгкая атлетика	Совершенствование техники бега на 1000 м.	1	Подвижные игры
17	Лёгкая атлетика	Сдача норм ГТО		Подвижные игры

18	Спортивные игры Урок-соревнование	Соревнование На овладение организаторскими умениями Развитие физических качеств Игровые упражнения по совершенствованию технических приемов	1	Соревнование с элементами спортивных игр
19	Спортивные игры	Знания о физической культуре Развитие физических качеств На освоение ловли и передач мяча На освоение техники ведения мяча	1	День и ночь Ведение восьмёркой
20	Спортивные игры	Знания о физической культуре Развитие физических качеств На освоение ловли и передач мяча На освоение техники ведения мяча	1	Передачи капитану Попади в напольную корзину Выбей мяч
21	Спортивные игры Урок-соревнование	Соревнование На овладение организаторскими умениями Развитие физических качеств Игровые упражнения по совершенствованию технических приемов	1	Соревнование с элементами спортивных игр
22	Спортивные игры	Знания о физической культуре. Развитие физических качеств На овладение техникой бросков мяча. На освоение техники ведения мяча	1	Броски в корзину с места Чехарда
23	Спортивные игры	Знания о физической культуре Развитие физических качеств На овладение техникой бросков мяча. На освоение техники ведения мяча	1	Броски в корзину на бегу Обведи и прокати Бросай точнее
24	Спортивные игры Урок-соревнование	Соревнование На овладение организаторскими умениями Развитие физических качеств Игровые упражнения по совершенствованию технических приемов	1	Соревнование с элементами спортивных игр

25	Спортивные игры	Знания о физической культуре Развитие физических качеств На овладение техникой бросков мяча На освоение индивидуальной техники защиты	1	Броски в корзину с места Чехарда
26	Спортивные игры	Знания о физической культуре Развитие физических качеств На овладение техникой бросков мяча На освоение индивидуальной техники защиты На освоении тактики игры	1	Броски в корзину на бегу Обведи и прокати Бросай точнее
27	Спортивные игры Урок-соревнование	Соревнование На овладение организаторскими умениями Развитие физических качеств Игровые упражнения по совершенствованию технико-тактических действий	1	Соревнование с элементами спортивных игр
№ урока	Раздел программы 2-я четверть.	Основная направленность (содержание программного материала)		Название игр, игровые упражнения
28	Гимнастика	Знания о физической культуре Обеспечение техники безопасности на уроках гимнастики На освоение строевых упражнений На освоение общеразвивающих упражнений без предметов на месте и в движении Развитие физических качеств	1	Сильные и ловкие Соблюдай равновесие
29	Гимнастика	Урок-соревнование с элементами гимнастики	1	Чехорда
30	Плавание	Обучение плаванию на спине	1	Игры на воде
31	Гимнастика	Разучивание общеобразовательных упражнений без предметов	1	Подвижные игры

32	Гимнастика	Знания о физической культуре На освоение строевых упражнений На освоение общеразвивающих упражнений без предметов на месте и в движении Развитие физических качеств На освоение висов и упоров	1	Переправа на перекладине Соблюдай равновесие Бег со скакалкой
33	плавание Урок-соревнование	Соревнование Развитие физических качеств. Дистанция 25м.	1	Соревнование
34	Гимнастика	Знания о физической культуре На освоение строевых упражнений На освоение общеразвивающих упражнений с предметами Развитие физических качеств На освоение акробатических упражнений	1	Прыжок и кувырок Борьба на бревне Дружные тройки
35	Гимнастика	Разучивание техники лазания по канату	1	Игра «Совушка»
36	Плавание	Совершенствование техники плавания на спине	1	Баскетбол на воде
37	Гимнастика	Знания о физической культуре На освоение строевых упражнений.Разучивание техники лазания по канату.	1	Силовой треугольник Удержи обруч Придумай сам
38	Гимнастика	Совершенствование техники лазания по канату	1	Игра «Кто быстрее залезет по канату»
39	Плавание	Занятия по индивидуальной программе	1	Встречные эстафеты
40	Гимнастика	Знания о физической культуре На освоение строевых упражнений На освоение общеразвивающих упражнений без предметов на месте и в движении. Закрепление техники лазания по канату.	1	Слушай сигнал Волк во рву

41	Гимнастика Урок-соревнование	Совершенствование техники прыжка через козла	1	Соревнования с элементами гимнастики
42	Плавание	Знания о физической культуре. Закрепление техники плавания на спине.	1	Гонки с выбыванием
43	Гимнастика	Знания о физической культуре Совершенствование техники прыжка через козла		
44	Гимнастика.	Знания о физической культуре. Совершенствование техники прыжка через козла.	1	Игра «Пятнашки»
45	Плавание	Сдача норм ГТО	1	Игры на воде
46	Гимнастика.	Знания о физической культуре. Выполнение контрольных нормативов.	1	Игра «Мяч среднему»
47	Гимнастика	Совершенствование висов	1	Игра «Снайпер»
48	Плавание	Сдача норм ГТО	1	Игры на воде
№ уро ка	Раздел программы 3-я четверть	Основная направленность (содержание программного материала)	1	Название игр, игровые упражнения
49	Лыжная подготовка	Знания о физической культуре. Освоение техники лыжных ходов. Развитие физических качеств	1	По местам Кто быстрее Накат
50	Лыжная подготовка.	Знания о физической культуре. Освоение техники лыжных ходов. Развитие физических качеств	1	Круговая эстафета «Пятнашки простые»
51	Плавание.	Разучивание техники плавания способом брасс.	1	Игры на воде.
52	Лыжная подготовка	Знания о физической культуре. Освоение техники лыжных ходов. Развитие физических качеств	1	За мной Пробеги и не задень Кто дальше проскользит

53	Лыжная подготовка	Знания о физической культуре. Освоение техники лыжных ходов. Развитие физических качеств	1	Подними предмет Пятнашки Шире шаг
54	Плавание.	Совершенствование плавания способом брасс.	1	Игры на воде.
55	Лыжная подготовка	Знания о физической культуре. Освоение техники лыжных ходов. Развитие физических качеств	1	Догонялки Пятнашки на лыжах Спуск по снежному склону
56	Лыжная подготовка	Знания о физической культуре. Освоение техники лыжных ходов. Развитие физических качеств	1	Догонялки Пятнашки на лыжах Спуск вдвоём
57	Плавание.	Закрепление техники плавания способом брасс.	1	Соревнование по подвижным играм на воде.
58	Лыжная подготовка	Знания о физической культуре. Освоение техники лыжных ходов. Развитие физических качеств	1	Встречные старты Спуск с метанием снежков
59	Лыжная подготовка	Знания о физической культуре. Освоение техники лыжных ходов. Развитие физических качеств	1	Все – за ведущим Скользи дальше Спуск втроём
60	Плавание.	Соревнование Техника передвижений. Различными способами.	1	Игра догоняй-ка.
61	Лыжная подготовка.	Знания о физической культуре Развитие физических качеств На повторение и совершенствование различных ходов передвижения. Самостоятельные занятия	1	Сильные и ловкие
62	Лыжная подготовка.	Знания о физической культуре Разучивание поворотов на месте вокруг пяток лыж.	1	Эстафета с различными ходами передвижения.
63	Плавание. Урок-соревнование	Соревнование Развитие физических качеств На совершенствование способов плавания.	1	Соревнование

64	Лыжная подготовка.	Знания о физической культуре. Совершенствование выполнения поворотов вокруг пяток лыж.	1	Сильные и ловкие
65	Лыжная подготовка	Совершенствование поворотов вокруг пяток лыж.	1	Эстафета с различными ходами передвижения.
66	Плавание.	Соревнование. Прохождение дистанции 25м.	1	Соревнование
67	Лыжная подготовка.	Разучивание спусков с гор в низкой стойке.	1	Игра «Салки».
68	Лыжная подготовка.	Совершенствование спусков с горки.	1	Игра «Два Мороза»
69	Плавание. Урок-соревнование	Соревнование Развитие физических качеств. Дистанция 25м.	1	Соревнование с элементами с различными способами плавания.
70	Лыжная подготовка.	Развитие физических качеств На совершенствование пройденного материала	1	Игры на свежем воздухе.
71	Лыжная подготовка.	Развитие физических качеств Сдача контрольных нормативов.	1	Игры по выбору детей.
72	Плавание.	Соревнование Развитие физических качеств На совершенствование пройденного материала	1	Разучивание прыжков с тумбочки.
73	Лыжная подготовка	Сдача норм ГТО	1	Прохождение дистанции 1000 м.
74	Лыжная подготовка	Закрепление техники передвижения лыжных ходов	1	Игра « Кто быстрее»
75	Плавание.	Соревнование Развитие физических качеств. Совершенствование техники прыжка с тумбочки.	1	Соревнование с различными способами плавания.
76	Спортивные игры	Знания о физической культуре На овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей	1	Баскетбольный обстрел Салки с ведением
77	Спортивные игры	Знания о физической культуре На овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей	1	Быстрые передачи Овладей мячом соперника

78	Плавание.	Соревнование Развитие физических качеств . Сдача норм ГТО.	1	Спортивный калейдоскоп
№ уро ка	Раздел программы 4 четверть	Основная направленность (содержание программного материала)	1	Название игр,
79	Лёгкая атлетика	Знание о физической культуре 6-минутный бег	1	Спортивные игры
80	Лёгкая атлетика	Сдача норм ГТО	1	Эстафеты
81	Спортивные игры Урок- соревнование	Соревнование Развитие физических качеств На овладение организаторскими умениями	1	Соревнование по подвижным играм с мячом
82	Спортивные игры	Знания о физической культуре Развитие физических качеств На освоение техники приема и передач мяча На освоение техники нижней прямой подачи	1	Мяч над сеткой Подай и попади Двумя мячами через сетку
83	Спортивные игры	Знания о физической культуре Развитие физических качеств На освоение техники приема и передач мяча На освоение техники нижней прямой подачи	1	Стремительные передачи Мяч над верёвкой
84	Спортивные игры Урок- соревнование	Соревнование Развитие физических качеств На овладение организаторскими умениями На освоение технических приёмов игры в волейбол	1	Соревнование с элементами волейбола
85	Спортивные игры	Знания о физической культуре Развитие физических качеств На освоение техники нижней прямой подачи На освоение техники прямого нападающего удара	1	Передачи капитану Мяч над верёвкой Гонка паровозов

86	Спортивные игры	Знания о физической культуре Развитие физических качеств На освоение техники нижней прямой подачи На освоение техники прямого нападающего удара	1	Удочка Волейбольная эстафета
87	Спортивные игры Урок-соревнование	Соревнование Развитие физических качеств На овладение организаторскими умениями На освоение технических приёмов игры в волейбол	1	Соревнование с элементами волейбола
88	Лёгкая атлетика	Знания о физической культуре Правила техники безопасности при занятиях легкой атлетикой Элементы общеразвивающих упражнений На овладение техникой прыжка в высоту	1	Трудный прыжок Аисты Лапта с перебежками
89	Лёгкая атлетика	Знания о физической культуре Элементы общеразвивающих упражнений На овладение техникой прыжка в высоту На овладение техникой метания малого мяча в цель	1	Быстро по местам Лапта с перебежками
90	Лёгкая атлетика Урок-соревнование	Соревнование Развитие физических качеств На овладение организаторскими умениями На совершенствование легкоатлетических упражнений	1	Соревнование с элементами лёгкой атлетики
91	Лёгкая атлетика	Знания о физической культуре Элементы общеразвивающих упражнений На овладение техникой прыжка в высоту На овладение техникой метания малого мяча в цель	1	Вызов номеров
92	Лёгкая атлетика	Знания о физической культуре Элементы общеразвивающих упражнений Развитие физических качеств На овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность На овладение техникой длительного бега	1	Вызов номеров Цепочка Лапта с перебежками

93	Лёгкая атлетика Урок-соревнование	Соревнование Развитие физических качеств На овладение организаторскими умениями На совершенствование легкоатлетических упражнений	1	Соревнование с элементами лёгкой атлетике
94	Лёгкая атлетика	Знания о физической культуре Элементы общеразвивающих упражнений Развитие физических качеств На овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность На овладение техникой длительного бега	1	Русская лапта Прыгуны и пятнашки
95	Лёгкая атлетика	Знания о физической культуре Элементы общеразвивающих упражнений Развитие физических качеств На овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность На овладение техникой длительного бега	1	Бегуны и пятнашки Охрана перебежек Русская лапта
96	Лёгкая атлетика Урок-соревнование	Соревнование Развитие физических качеств На овладение организаторскими умениями На совершенствование легкоатлетических упражнений	1	Соревнование по лёгкой атлетике
97	Лёгкая атлетика	Знания о физической культуре Элементы общеразвивающих упражнений Развитие физических качеств На овладение техникой длительного бега	1	Бегуны и пятнашки Охрана перебежек Русская лапта
98	Лёгкая атлетика	Знания о физической культуре Элементы общеразвивающих упражнений Развитие физических качеств На овладение техникой длительного бега	1	Бегуны и пятнашки Охрана перебежек Русская лапта
99	Спортивные игры (волейбол)	Знания о физической культуре. Разучивание выполнения верхней передачи.	1	Перестрелка Удочка

100	Спортивные игры Урок- соревнование	Соревнование Игра в пионербол.	1	Соревнование «Спортивный калейдоскоп»
101	Спортивные игры	Знания о физической культуре Развитие физических качеств. Совершенствование техники верхней передачи.	1	Русская лапта В дальнюю зону Точно в цель
102	Спортивные игры	Знания о физической культуре Развитие физических качеств На закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей	1	Русская лапта В дальнюю зону Точно в цель

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Ракитянская средняя общеобразовательная школа №1»
Ракитянского района Белгородской области

**Календарно-тематическое планирование
по физической культуре
для 6 класса**

**Приложение к рабочей программе по физической культуре
основного общего образования,
утвержденной приказом № 401 от 30 августа 2014 года**

Количество часов в неделю 3 час, количество учебных недель 34,
количество часов в год 102.

Планирование составлено на основе комплексной программы
физического воспитания учащихся 1-11 классов (Авторы В.И. Лях, А.А.
Зданевич, 2008 г.).

№ урока	Наименование разделов и тем	Часы учебного времени	Основная направленность (содержание программного материала)	Сроки проведения		Примечание Основы теории в процессе каждого урока
				По плану	Фактически	
1	Лёгкая атлетика	1	Техника безопасности на уроках лёгкой атлетики. Обучение техники бега на выносливость. Бег на короткие дистанции с низкого старта.			Бег за флажками Салки маршем
2	Лёгкая атлетика	1	Совершенствование техники бега с низкого старта (бег на 30 м.). Стартовый разгон.			Бег за флажками Прыжок за прыжком
3	Лёгкая атлетика Урок- соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнование между классами по спринтерскому бегу с низкого старта. (бег на 30м.)			Соревнование с элементами лёгкой атлетики Снайперы Прыгуны и пятнашки
4	Лёгкая атлетика	1	Обучение техники бега на выносливость. Пробегание отрезков до 3 кругов.			Эстафета на полосе препятствий Эстафета по кругу Русская лапта
5	Лёгкая атлетика	1	Совершенствование техники бега на выносливость. На овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность			Эстафета на полосе препятствий Эстафета по кругу Русская лапта

6	Лёгкая атлетика Урок-соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнование между классами в беге на выносливость (6 - минутный бег)			Соревнование с элементами лёгкой атлетики (комплекс ГТО) Эстафета на полосе препятствий
7	Лёгкая атлетика	1	Обучение техники метания малого мяча на дельность с разбега.			Сильный бросок Перестрелка Русская лапта
8	Лёгкая атлетика	1	Совершенствование техники метания малого мяча на дальность с разбега.			Быстрые и ловкие Русская лапта
9	Лёгкая атлетика Урок-соревновании Урок – зачёт.	1	Соревнование между классами по бегу на выносливость (бег на 1000м.).			Соревнование по подвижным играм
10	Лёгкая атлетика	1	Обучение техники прыжков в длину с разбега.			Догоняй-убегай Перебежка с выручкой Русская лапта
11	Лёгкая атлетика	1	Совершенствование техники прыжков в длину с разбега.			Борьба за мяч Метко в цель Русская лапта
12	Лёгкая атлетика. Урок-соревнование. Урок-зачёт	1	Соревнование между классами по прыжкам в длину с разбега.			Соревнование с элементами лёгкой атлетики
13	Лёгкая атлетика	1	На овладение техникой бега на выносливость.			Борьба за мяч Метко в цель Русская лапта
14	Спортивные игры (баскетбол)	1	Обучение техники игры в баскетбол. Ведение мяча и броски по кольцу.			Мяч капитану Борьба за мяч Салки-стойки

15	Спортивные игры. Урок-соревнование. Урок-зачёт.	1	Соревнование по баскетболу между классами. Сдача зачётов по ОФП (прыжки в длину с места).			Соревнование с элементами спортивных игр
16	Спортивные игры	1	Обучение техники игры в баскетбол. Броски по кольцу сбоку от щита.			Охотники и утки Челнок
17	Спортивные игры	1	Совершенствование техники бросков по кольцу после ведения мяча.			Быстрые передачи Перестрелка Салки с ведением
18	Спортивные игры Урок- соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнования между классами по мини баскетболу. Сдача зачёта по ОФП (челночный бег 3х10м.).			Соревнование с элементами спортивных игр
19	Спортивные игры	1	Обучение техники игры в защите. Зонная защита.			День и ночь Ведение восьмёркой
20	Спортивные игры	1	Совершенствование техники игры в защите. Зонная и персональная защита.			Передачи капитану Попади в напольную корзину Выбей мяч
21	Спортивные игры Урок- соревнование. Урок-зачёт.	1	Соревнование между классами по мини баскетболу. Сдача зачёта по ОФП (прыжки через скакалку за 1 минуту).			Соревнование с элементами спортивных игр
22	Спортивные игры	1	Обучение техники игры в нападении. Игра в быстрый отрыв.			Броски в корзину с места Чехарда
23	Спортивные игры	1	Совершенствование техники игры в нападении. Нападение через центровых.			Броски в корзину на бегу Обведи и прокати Бросай точнее

24	Спортивные игры Урок- соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнование между классами по мини баскетболу. Сдача зачёта по ОФП (отжимание от пола).			Соревнование с элементами спортивных игр
25	Спортивные игры	1	Обучение техники игры в защите. Зонная и индивидуальная защита.			Броски в корзину с места Чехарда
26	Спортивные игры.	1	Совершенствование техники игры в зонной защите.			Броски в корзину на бегу Обведи и прокати Бросай точнее
27	Спортивные игры Урок- соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнование между классами по мини баскетболу. Сдача зачёта то ОФП (подтягивание на перекладине).			Соревнование с элементами спортивных игр
№ урока	Раздел программы	1	Основная направленность (содержание программного материала)			Название игр, игровые упражнения
28	Гимнастика	1	Техника безопасности на уроках гимнастики. Разучивание акробатичес-кой комбинации.			Борьба на бревне. Чехарда.
29	Гимнастика	1	Совершенствование техники акробатической комбинации.			Эстафета с элементами равновесия Борьба на бревне
30	Гимнастика. Урок – соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнование между классами по подвижным играм с элементами акробатики. Сдача зачёта акробатическая комбинация.			Соревнование с элементами гимнастики
31	Плавание	1	Обучение техники плавания вольным стилем.			Игры на воде Эстафеты

32	Гимнастика	1	Обучение техники лазанья по канату в 3 приёма.			Переправа на перекладине Соблюдай равновесие Бег со скакалкой
33	Гимнастика. Урок – соревнование. Урок – зачёт.	1	Совершенствование техники лазанья по канату (сдача зачёта). Соревнования между классами по подвижны играм с элементами гимнастики.			Соревнование с элементами гимнастики
34	Плавание	1	Обучение техники плавания брассом			Прыжок в воду с тумбочки Эстафеты
35	Гимнастика. Урок – соревнование.	1	Соревнования между классами по подвижным играм с элементами гимнастики.			Точный прыжок на коня Прыжки с двумя скакалками Своевременный перехват
36	Гимнастика	1	Совершенствование техники лазанья по канату. Опорный прыжок.			Эстафета с кувирками. Эстафета со скакалками.
37	Плавание	1	Обучение техники плавания вольным стилем.			Игры на воде. Эстафеты.
38	Гимнастика	1	Совершенствование техники опорного прыжка.			Выталкивание с шестом Эстафета с кувирками Эстафета со скакалкой

39	Гимнастика. Урок – соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнование между классами по подвижным играм с элементами гимнастики. Сдача зачёта по ОФП (поднимание туловища из положения лёжа).			Соревнование с элементами гимнастики
40	Плавание	1	Обучение техники плавания вольным стилем.			Слушай сигнал Игры на воде Эстафеты
41	Гимнастика	1	Обучение техники комбинации на брусьях.			Фигуры Воробышки Не попадись
42	Гимнастика. Урок – соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнование между классами по подвижным играм с элементами гимнастики. Совершенствование техники опорного прыжка (сдача зачёта).			Соревнование с элементами гимнастики
43	Плавание	1	Совершенствование техники плавания брассом.			Игры на воде
44	Гимнастика	1	Обучение техники комбинации на брусьях. Подъём переворотом на брусьях и на перекладине.			Игры с элементами гимнастики
45	Гимнастика. Урок – зачёт.	1	Совершенствование техники комбинации на брусьях. Сдача зачёта техника опорного прыжка через козла.			Соревнование с элементами гимнастики
46	Плавание. Урок – соревнование.	1	Соревнования между классами по плаванию.			Сдача норм комплекса ГТО по плаванию.
47	Гимнастика. Урок – зачёт.	1	Сдача зачёта комбинация на брусьях.			Игры с кувырками.

48	Гимнастика	1	Совершенствование техники подъёма переворотом на брусках и на перекладине.			Подвижные игры с элементами гимнастики
№ урока	Раздел программы		Основная направленность (содержание программного материала)			Название игр, игровые упражнения
49	Лыжная подготовка	1	Техника безопасности на уроках лыжной подготовки. Обучение техники скользящего шага по дистанции.			По местам Кто быстрее Накат
50	Лыжная подготовка	1	Знания о физической культуре. Освоение техники лыжных ходов (попеременно двухшажный ход) Развитие физических качеств.			Круговая эстафета «Пятнашки простые»
51	Плавание	1	Обучение техники плавания на спине.			Игры на воде. Эстафеты.
52	Лыжная подготовка	1	Обучение техники попеременно двухшажным ходом.			Повороты. Спуски с гор.
53	Лыжная подготовка	1	Совершенствование техники попеременно двухшажным ходом.			Подними предмет Пятнашки Шире шаг
54	Плавание	1	Обучение техники прыжков в воду с тумбочки.			Игры на воде. Эстафеты
55	Лыжная подготовка. Урок – соревнование.	1	Соревнование между классами по лыжным гонкам (дистанция 2 км.)			Догонялки Пятнашки на лыжах Спуск по снежному склону
56	Лыжная подготовка	1	Обучение техники спусков с гор и подъёмов в гору.			Догонялки Пятнашки на лыжах Спуск вдвоём

57	Плавание	1	Совершенствование техники плавания вольным стилем.			Соревнования по плаванию между классами.
58	Лыжная подготовка	1	Совершенствование техники спусков с гор и подъёмов в гору			Встречные старты Спуск с метанием снежков
59	Лыжная подготовка. Урок – соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнования между классами по спускам с гор и подъёмам в гору. Сдача зачёта (спуски с гор и подъёмы в гору).			Все – за ведущим Скользи дальше Спуск втроем
60	Плавание	1	Совершенствование техники плавания способом брасс.			Соревнование по плаванию
61	Лыжные гонки	1	Обучение техники прохождения дистанции коньковым ходом.			Сильные и ловкие Соблюдай равновесие
62	Лыжные гонки	1	Совершенствование техники конькового хода. Совершенствование техники спусков с гор и подъёмов в гору.			Эстафета на скорость.
63	Плавание	1	Обучение техники старта. Прыжки в воду с тумбочки.			Игры на воде. Эстафеты.
64	Лыжные гонки. Урок – соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнования между классами по лыжным гонкам. Прохождение дистанции « 3 км. различными способами».			Сдача норм ГТО по лыжным гонкам.
65	Лыжные гонки	1	Обучение техники подъёмов в гору лесенкой и ёлочкой. Спуски с гор.			Эстафеты по кругу.
66	Плавание	1	Совершенствование техники плавания вольным стилем.			Соревнование между командами.

67	Лыжные гонки	1	Совершенствование техники спусков с гор и подъёмов в гору различными способами. Техника передвижения коньковым ходом.			Эстафеты на снегу.
68	Лыжные гонки. Урок – соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнования между классами по спускам с гор и подъёмам в гору. Сдача зачёта (торможение различными способами и повороты в движении).			« Кто дальше проскользит»
69	Плавание	1	Совершенствование техники плавания способом брасс.			Игры на воде. Эстафеты.
70	Лыжные гонки	1	Прохождение дистанции различными способами.			Игры на снегу. Эстафеты.
71	Лыжные гонки	1	Совершенствование передвижения различными ходами. На совершенствование пройденного материала.			Подвижные игры. Эстафеты
72	Плавание Урок- соревнование	1	Соревнование между классами по плаванию			Сдача норм комплекса ГТО.
73	Спортивные игры (баскетбол)	1	Обучение техники игры в баскетбол. Ведение мяча и броски по кольцу после ведения			Передал -садись Обойди мяч Салки с ведением
74	Спортивные игры	1	Совершенствование техники ведения мяча и бросков по кольцу.			Передал-садись Обойди мяч Салки с ведением
75	Спортивные игры Урок- соревнование	1	Соревнование между классами по мини баскетболу			Соревнование с элементами баскетбола

76	Лёгкая атлетика.	1	Обучение техники прыжков в высоту методом перешагивание			Подвижные игры с прыжками.
77	Лёгкая атлетика.	1	Совершенствование техники прыжков в высоту методом перешагивания.			Подвижные игры с прыжками.
78	Лёгкая атлетика. Урок- соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнование между классами по прыжкам в высоту различными способами.			Спортивный калейдоскоп
№ урока	Раздел программы		Основная направленность (содержание программного материала)			Название игр, игровые упражнения
79	Спортивные игры (волейбол)	1	Правила техники безопасности при занятиях спортивными играми. Техника выполнения прямой нижней подачи.			Скакуны Челнок
80	Спортивные игры	1	Совершенствование техники прямой нижней подачи. Передача мяча сверху двумя руками.			Скакуны Пионербол
81	Спортивные игры Урок- соревнование	1	Соревнования по пионерболу между классами.			Соревнование по подвижным играм с мячом
82	Спортивные игры	1	Обучение техники приёма мяча снизу и передач мяча сверху.			Мяч над сеткой Подай и попади Двумя мячами через сетку
83	Спортивные игры	1	Совершенствование техники приёма мяча снизу и передач мяча сверху.			Стремительные передачи Мяч над верёвкой

84	Спортивные игры Урок- соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнования между классами по пионерболу. Сдача зачёта прямая верхняя подача и приём мяча снизу.			Соревнование с элементами волейбола
85	Спортивные игры. Русская лапта.	1	Обучение техники игры в русскую лапту. подача мяча и удары по мячу.			Передачи капитану Гонка паровозов
86	Спортивные игры. Русская лапта.	1	Совершенствование техники ударов по мячу и ловля мяча.			Игра в русскую лапту.
87	Спортивные игры Урок- соревнование.	1	Соревнование между классами по русской лапте.			Соревнование по русской лапте.
88	Лёгкая атлетика	1	Обучение техники бега на выносливость. Пробегать отрезки по 2-3 круга.			Трудный прыжок Аисты Лапта с перебежками
89	Лёгкая атлетика	1	Совершенствование техники бега на выносливость. Игра в русскую лапту.			Быстро по местам Лапта с перебежками
90	Лёгкая атлетика Урок- соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнования между классами по бегу на выносливость (6- минутный бег).			Соревнование с элементами лёгкой атлетике
91	Лёгкая атлетика	1	Обучение техники бега с низкого старта. Стартовый разгон (бег на 30 м.)			Вызов номеров
92	Лёгкая атлетика	1	Совершенствование техники бега с низкого старта. Игра в русскую лапту.			Вызов номеров Цепочка Лапта с перебежками
93	Лёгкая атлетика Урок- соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнование между классами в беге на короткие дистанции с низкого старта (бег на 30м.)			Соревнование с элементами лёгкой атлетике
94	Лёгкая атлетика	1	Обучение техники метания мяча на дальность с разбега. Игра в русскую лапту.			Русская лапта Прыгуны и пятнашки

95	Лёгкая атлетика	1	Совершенствование техники метания мяча на дальность с разбега.			Бегуны и пятнашки Охрана перебежек Русская лапта
96	Лёгкая атлетика Урок- соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнования между классами по метанию мяча на дальность. Игра в русскую лапту.			Соревнование по лёгкой атлетике
97	Лёгкая атлетика	1	Обучение техники прыжков в длину с разбега. Игра в мини футбол.			Бегуны и пятнашки Охрана перебежек Мини- футбол.
98	Лёгкая атлетика	1	Совершенствование техники прыжков в длину с разбега. Игра в мини – футбол.			Бегуны и пятнашки Охрана перебежек. Мини-футбол.
99	Лёгкая атлетика. Урок – соревно- вание.Урок – зачёт.	1	Соревнование между классами по прыжкам в длину с разбега. Игра в мини- футбол			Русская лапта Перестрелка Удочка
100	Спортивные игры . Футбол.	1	Обучение техники игры в футбол. Ведение мяча и удары по воротам.			Отдай пас партнёру.
101	Спортивные игры. Футбол	1	Совершенствование техники игры в футбол. Ведение мяча и удары по воротам.			Русская лапта В дальнюю зону Точно в цель
102	Лёгкая атлетика. Урок – зачёт.	1	Сдача зачётов по итогам года Бег на короткие дистанции с низкого старта (бег на 60м.)			Русская лапта В дальнюю зону Точно в цель

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Ракитянская средняя общеобразовательная школа №1»
Ракитянского района Белгородской области

**Календарно-тематическое планирование
по физической культуре
для 7 класса**

**Приложение к рабочей программе по физической культуре
основного общего образования,
утвержденной приказом № 401 от 30 августа 2014 года**

Количество часов в неделю 3 час, количество учебных недель 34,
количество часов в год 102.

Планирование составлено на основе комплексной программы
физического воспитания учащихся 1-11 классов (Авторы В.И. Лях, А.А.
Зданевич, 2008 г.).

№ урока	Наименование разделов и тем	Часы учебного времени	Основная направленность (содержание программного материала)	Сроки проведения		Примечание Основы теории в процессе каждого урока
				По плану	Фактически	
1	Лёгкая атлетика	1	Техника безопасности на уроках лёгкой атлетики. Обучение техники бега на выносливость. Бег на короткие дистанции с низкого старта.			Бег за флажками Салки маршем
2	Лёгкая атлетика	1	Совершенствование техники бега с низкого старта (бег на 30 м.). Стартовый разгон.			Бег за флажками Прыжок за прыжком
3	Лёгкая атлетика Урок- соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнование между классами по спринтерскому бегу с низкого старта. (бег на 30м.)			Соревнование с элементами лёгкой атлетики Снайперы Прыгуны и пятнашки
4	Лёгкая атлетика	1	Обучение техники бега на выносливость. Пробегание отрезков до 3 кругов.			Эстафета на полосе препятствий Эстафета по кругу Русская лапта
5	Лёгкая атлетика	1	Совершенствование техники бега на выносливость. На овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность			Эстафета на полосе препятствий Эстафета по кругу Русская лапта

6	Лёгкая атлетика Урок-соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнование между классами в беге на выносливость (6 - минутный бег)			Соревнование с элементами лёгкой атлетики (комплекс ГТО) Эстафета на полосе препятствий
7	Лёгкая атлетика	1	Обучение техники метания малого мяча на дельность с разбега.			Сильный бросок Перестрелка Русская лапта
8	Лёгкая атлетика	1	Совершенствование техники метания малого мяча на дальность с разбега.			Быстрые и ловкие Русская лапта
9	Лёгкая атлетика Урок-соревновании Урок – зачёт.	1	Соревнование между классами по бегу на выносливость (бег на 1000м.).			Соревнование по подвижным играм
10	Лёгкая атлетика	1	Обучение техники прыжков в длину с разбега.			Догоняй-убегай Перебежка с выручкой Русская лапта
11	Лёгкая атлетика	1	Совершенствование техники прыжков в длину с разбега.			Борьба за мяч Метко в цель Русская лапта
12	Лёгкая атлетика. Урок-соревнование. Урок-зачёт	1	Соревнование между классами по прыжкам в длину с разбега.			Соревнование с элементами лёгкой атлетики
13	Лёгкая атлетика	1	На овладение техникой бега на выносливость.			Борьба за мяч Метко в цель Русская лапта
14	Спортивные игры (баскетбол)	1	Обучение техники игры в баскетбол. Ведение мяча и броски по кольцу.			Мяч капитану Борьба за мяч Салки-стойки

15	Спортивные игры. Урок-соревнование. Урок-зачёт.	1	Соревнование по баскетболу между классами. Сдача зачётов по ОФП (прыжки в длину с места).			Соревнование с элементами спортивных игр
16	Спортивные игры	1	Обучение техники игры в баскетбол. Броски по кольцу сбоку от щита.			Охотники и утки Челнок
17	Спортивные игры	1	Совершенствование техники бросков по кольцу после ведения мяча.			Быстрые передачи Перестрелка Салки с ведением
18	Спортивные игры Урок- соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнования между классами по мини баскетболу. Сдача зачёта по ОФП (челночный бег 3х10м.).			Соревнование с элементами спортивных игр
19	Спортивные игры	1	Обучение техники игры в защите. Зонная защита.			День и ночь Ведение восьмёркой
20	Спортивные игры	1	Совершенствование техники игры в защите. Зонная и персональная защита.			Передачи капитану Попади в напольную корзину Выбей мяч
21	Спортивные игры Урок- соревнование. Урок-зачёт.	1	Соревнование между классами по мини баскетболу. Сдача зачёта по ОФП (прыжки через скакалку за 1 минуту).			Соревнование с элементами спортивных игр
22	Спортивные игры	1	Обучение техники игры в нападении. Игра в быстрый отрыв.			Броски в корзину с места Чехарда
23	Спортивные игры	1	Совершенствование техники игры в нападении. Нападение через центровых.			Броски в корзину на бегу Обведи и прокати Бросай точнее

24	Спортивные игры Урок- соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнование между классами по мини баскетболу. Сдача зачёта по ОФП (отжимание от пола).			Соревнование с элементами спортивных игр
25	Спортивные игры	1	Обучение техники игры в защите. Зонная и индивидуальная защита.			Броски в корзину с места Чехарда
26	Спортивные игры.	1	Совершенствование техники игры в зонной защите.			Броски в корзину на бегу Обведи и прокати Бросай точнее
27	Спортивные игры Урок- соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнование между классами по мини баскетболу. Сдача зачёта то ОФП (подтягивание на перекладине).			Соревнование с элементами спортивных игр
№ урока	Раздел программы	1	Основная направленность (содержание программного материала)			Название игр, игровые упражнения
28	Гимнастика	1	Техника безопасности на уроках гимнастики. Разучивание акробатической комбинации.			Борьба на бревне. Чехарда.
29	Гимнастика	1	Совершенствование техники акробатической комбинации.			Эстафета с элементами равновесия Борьба на бревне
30	Гимнастика. Урок – соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнование между классами по подвижным играм с элементами акробатики. Сдача зачёта акробатическая комбинация.			Соревнование с элементами гимнастики
31	Плавание	1	Обучение техники плавания вольным стилем.			Игры на воде Эстафеты

32	Гимнастика	1	Обучение техники лазанья по канату в 3 приёма.			Переправа на перекладине Соблюдай равновесие Бег со скакалкой
33	Гимнастика. Урок – соревнование. Урок – зачёт.	1	Совершенствование техники лазанья по канату (сдача зачёта). Соревнования между классами по подвижны играм с элементами гимнастики.			Соревнование с элементами гимнастики
34	Плавание	1	Обучение техники плавания брассом			Прыжок в воду с тумбочки Эстафеты
35	Гимнастика. Урок – соревнование.	1	Соревнования между классами по подвижным играм с элементами гимнастики.			Точный прыжок на коня Прыжки с двумя скакалками Своевременный перехват
36	Гимнастика	1	Совершенствование техники лазанья по канату. Опорный прыжок.			Эстафета с кувирками. Эстафета со скакалками.
37	Плавание	1	Обучение техники плавания вольным стилем.			Игры на воде. Эстафеты.
38	Гимнастика	1	Совершенствование техники опорного прыжка.			Выталкивание с шестом Эстафета с кувирками Эстафета со скакалкой

39	Гимнастика. Урок – соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнование между классами по подвижным играм с элементами гимнастики. Сдача зачёта по ОФП (поднимание туловища из положения лёжа).			Соревнование с элементами гимнастики
40	Плавание	1	Обучение техники плавания вольным стилем.			Слушай сигнал Игры на воде Эстафеты
41	Гимнастика	1	Обучение техники комбинации на брусьях.			Фигуры Воробышки Не попадись
42	Гимнастика. Урок – соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнование между классами по подвижным играм с элементами гимнастики. Совершенствование техники опорного прыжка (сдача зачёта).			Соревнование с элементами гимнастики
43	Плавание	1	Совершенствование техники плавания брассом.			Игры на воде
44	Гимнастика	1	Обучение техники комбинации на брусьях. Подъём переворотом на брусьях и на перекладине.			Игры с элементами гимнастики
45	Гимнастика. Урок – зачёт.	1	Совершенствование техники комбинации на брусьях. Сдача зачёта техника опорного прыжка через козла.			Соревнование с элементами гимнастики
46	Плавание. Урок – соревнование.	1	Соревнования между классами по плаванию.			Сдача норм комплекса ГТО по плаванию.

47	Гимнастика. Урок – зачёт.	1	Сдача зачёта комбинация на брусьях.			Игры с кувырками.
48	Гимнастика	1	Совершенствование техники подъёма переворотом на брусьях и на перекладине.			Подвижные игры с элементами гимнастики
№ урока	Раздел программы		Основная направленность (содержание программного материала)			Название игр, игровые упражнения
49	Лыжная подготовка	1	Техника безопасности на уроках лыжной подготовки. Обучение техники скользящего шага по дистанции.			По местам Кто быстрее Накат
50	Лыжная подготовка	1	Знания о физической культуре. Освоение техники лыжных ходов (попеременно двухшажный ход) Развитие физических качеств.			Круговая эстафета «Пятнашки простые»
51	Плавание	1	Обучение техники плавания на спине.			Игры на воде. Эстафеты.
52	Лыжная подготовка	1	Обучение техники попеременно двухшажным ходом.			Повороты. Спуски с гор.
53	Лыжная подготовка	1	Совершенствование техники попеременно двухшажным ходом.			Подними предмет Пятнашки Шире шаг
54	Плавание	1	Обучение техники прыжков в воду с тумбочки.			Игры на воде. Эстафеты

55	Лыжная подготовка. Урок – соревнование.	1	Соревнование между классами по лыжным гонкам (дистанция 2 км.)			Догонялки Пятнашки на лыжах Спуск по снежному склону
56	Лыжная подготовка	1	Обучение техники спусков с гор и подъёмов в гору.			Догонялки Пятнашки на лыжах Спуск вдвоём
57	Плавание	1	Совершенствование техники плавания вольным стилем.			Соревнования по плаванию между классами.
58	Лыжная подготовка	1	Совершенствование техники спусков с гор и подъёмов в гору			Встречные старты Спуск с метанием снежков
59	Лыжная подготовка. Урок – соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнования между классами по спускам с гор и подъёмам в гору. Сдача зачёта (спуски с гор и подъёмы в гору).			Все – за ведущим Скользи дальше Спуск втроём
60	Плавание	1	Совершенствование техники плавания способом брасс.			Соревнование по плаванию
61	Лыжные гонки	1	Обучение техники прохождения дистанции коньковым ходом.			Сильные и ловкие Соблюдай равновесие
62	Лыжные гонки	1	Совершенствование техники конькового хода. Совершенствование техники спусков с гор и подъёмов в гору.			Эстафета на скорость.
63	Плавание	1	Обучение техники старта. Прыжки в воду с тумбочки.			Игры на воде. Эстафеты.

64	Лыжные гонки. Урок – соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнования между классами по лыжным гонкам. Прохождение дистанции « 3 км. различными способами».			Сдача норм ГТО по лыжным гонкам.
65	Лыжные гонки	1	Обучение техники подъёмов в гору лесенкой и ёлочкой. Спуски с гор.			Эстафеты по кругу.
66	Плавание	1	Совершенствование техники плавания вольным стилем.			Соревнование между командами.
67	Лыжные гонки	1	Совершенствование техники спусков с гор и подъёмов в гору различными способами. Техника передвижения коньковым ходом.			Эстафеты на снегу.
68	Лыжные гонки. Урок – соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнования между классами по спускам с гор и подъёмам в гору. Сдача зачёта (торможение различными способами и повороты в движении).			« Кто дальше проскользит»
69	Плавание	1	Совершенствование техники плавания способом брасс.			Игры на воде. Эстафеты.
70	Лыжные гонки	1	Прохождение дистанции различными способами.			Игры на снегу. Эстафеты.
71	Лыжные гонки	1	Совершенствование передвижения различными ходами. На совершенствование пройденного материала.			Подвижные игры. Эстафеты
72	Плавание Урок- соревнование	1	Соревнование между классами по плаванию			Сдача норм комплекса ГТО.

73	Спортивные игры (баскетбол)	1	Обучение техники игры в баскетбол. Ведение мяча и броски по кольцу после ведения			Передал -садись Обойди мяч Салки с ведением
74	Спортивные игры	1	Совершенствование техники ведения мяча и бросков по кольцу.			Передал-садись Обойди мяч Салки с ведением
75	Спортивные игры Урок- соревнование	1	Соревнование между классами по мини баскетболу			Соревнование с элементами баскетбола
76	Лёгкая атлетика.	1	Обучение техники прыжков в высоту методом перешагивание			Подвижные игры с прыжками.
77	Лёгкая атлетика.	1	Совершенствование техники прыжков в высоту методом перешагивания.			Подвижные игры с прыжками.
78	Лёгкая атлетика. Урок- соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнование между классами по прыжкам в высоту различными способами.			Спортивный калейдоскоп
№ урока	Раздел программы		Основная направленность (содержание программного материала)			Название игр, игровые упражнения
79	Спортивные игры (волейбол)	1	Правила техники безопасности при занятиях спортивными играми. Техника выполнения прямой нижней подачи.			Скакуны Челнок
80	Спортивные игры	1	Совершенствование техники прямой нижней подачи. Передача мяча сверху двумя руками.			Скакуны Пионербол
81	Спортивные игры Урок- соревнование	1	Соревнования по пионерболу между классами.			Соревнование по подвижным играм с мячом

82	Спортивные игры	1	Обучение техники приёма мяча снизу и передач мяча сверху.			Мяч над сеткой Подай и попади Двумя мячами через сетку
83	Спортивные игры	1	Совершенствование техники приёма мяча снизу и передач мяча сверху.			Стремительные передачи Мяч над верёвкой
84	Спортивные игры Урок- соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнования между классами по пионерболу. Сдача зачёта прямая верхняя подача и приём мяча снизу.			Соревнование с элементами волейбола
85	Спортивные игры. Русская лапта.	1	Обучение техники игры в русскую лапту. Подача мяча и удары по мячу.			Передачи капитану Гонка паровозов
86	Спортивные игры. Русская лапта.	1	Совершенствование техники ударов по мячу и ловля мяча.			Игра в русскую лапту.
87	Спортивные игры Урок- соревнование.	1	Соревнование между классами по русской лапте.			Соревнование по русской лапте.
88	Лёгкая атлетика	1	Обучение техники бега на выносливость. Пробегать отрезки по 2-3 круга.			Трудный прыжок Аисты Лапта с перебежками
89	Лёгкая атлетика	1	Совершенствование техники бега на выносливость. Игра в русскую лапту.			Быстро по местам Лапта с перебежками
90	Лёгкая атлетика Урок- соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнования между классами по бегу на выносливость (6-минутный бег).			Соревнование с элементами лёгкой атлетике
91	Лёгкая атлетика	1	Обучение техники бега с низкого старта. Стартовый разгон (бег на 30 м.)			Вызов номеров

92	Лёгкая атлетика	1	Совершенствование техники бега с низкого старта. Игра в русскую лапту.			Вызов номеров Цепочка Лапта с перебежками
93	Лёгкая атлетика Урок- соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнование между классами в беге на короткие дистанции с низкого старта (бег на 30м.).			Соревнование с элементами лёгкой атлетике
94	Лёгкая атлетика	1	Обучение техники метания мяча на дальность с разбега. Игра в русскую лапту.			Русская лапта Прыгуны и пятнашки
95	Лёгкая атлетика	1	Совершенствование техники метания мяча на дальность с разбега.			Бегуны и пятнашки Охрана перебежек Русская лапта
96	Лёгкая атлетика Урок- соревнование. Урок – зачёт.	1	Соревнования между классами по метанию мяча на дальность. Игра в русскую лапту.			Соревнование по лёгкой атлетике
97	Лёгкая атлетика	1	Обучение техники прыжков в длину с разбега. Игра в мини футбол.			Бегуны и пятнашки Охрана перебежек Мини- футбол.
98	Лёгкая атлетика	1	Совершенствование техники прыжков в длину с разбега. Игра в мини – футбол.			Бегуны и пятнашки Охрана перебежек. Мини-футбол.
99	Лёгкая атлетика. Урок – соревно- вание.Урок – зачёт.	1	Соревнование между классами по прыжкам в длину с разбега. Игра в мини- футбол			Русская лапта Перестрелка Удочка
100	Спортивные игры . Футбол.	1	Обучение техники игры в футбол. Ведение мяча и удары по воротам.			Отдай пас партнёру.
101	Спортивные игры. Футбол	1	Совершенствование техники игры в футбол. Ведение мяча и удары по воротам.			Русская лапта В дальнюю зону Точно в цель
102	Лёгкая атлетика. Урок – зачёт.	1	Сдача зачётов по итогам года Бег на короткие дистанции с низкого старта (бег на 60м.)			Русская лапта В дальнюю зону Точно в цель

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Ракитянская средняя общеобразовательная школа №1»
Ракитянского района Белгородской области

**Календарно-тематическое планирование
по физической культуре
для 8 класса**

**Приложение к рабочей программе по физической культуре
основного общего образования,
утвержденной приказом № 401 от 30 августа 2014 года**

Количество часов в неделю 3 час, количество учебных недель 34,
количество часов в год 102.

Планирование составлено на основе комплексной программы
физического воспитания учащихся 1-11 классов (Авторы В.И. Лях, А.А.
Зданевич, 2008 г.).

№ урока	Наименование раздела и тем	Часы учебного времени	Сроки проведения		Примечание Основы теории в процессе каждого урока
1.	Лёгкая атлетика Т.Б. на уроках лёгкой атлетики. Техника бега на выносливость.	1			
2.	Лёгкая атлетика Обучение техники бега с низкого старта. Стартовый разгон.	1			
3.	Лёгкая атлетика. Урок-соревнование Урок-зачёт. Соревнования между классами в беге на 30м.	1			Игра «Кто быстрее»
4.	Лёгкая атлетика Обучение техники бега на выносливость.	1			
5.	Лёгкая атлетика Совершенствование техники бега с низкого старта.	1			
6.	Лёгкая атлетика. Урок-зачёт. Урок-соревнование. Соревнование между классами в беге на 60 метров.	1			
7.	Лёгкая атлетика Обучение техники бега на выносливость. (6 минутный бег)	1			Игра «Салки»
8.	Лёгкая атлетика Совершенствование техники бега на выносливость (бег до 2000м.)	1			
9.	Лёгкая атлетика. Урок-соревнование. Соревнования между классами по бегу на выносливость. (6 минутный бег)	1			
10.	Лёгкая атлетика Обучение техники метания мяча на дальность с разбега.	1			
11.	Лёгкая атлетика. Совершенствование техники метания мяча на дальность с разбега.	1			Игра «Снайпер»

12.	Урок-соревнование Соревнования между классами по метанию мяча на дальность с разбега.	1			
13.	Народная игра Обучение техники игры в русскую лапту. Удары по мячу и ловля мяча.	1			
14.	Народная игра. Совершенствование техники игры в русскую лапту. Перебежки и осаливание.	1			
15.	Урок-соревнование. Урок-зачёт. Соревнование между классами по игре в русскую лапту. Сдача зачёта по ОФП бег на 1км.	1			Бег на выносливоть
16.	Народная игра Обучение техники ударов по мячу и перебежки.	1			
17.	Народная игра Совершенствование техники игры в русскую лапту. Передачи мяча и ловля мяча.	1			
18.	Урок – соревнование. Урок-зачёт. Соревнование между классами по русской лапте. Сдача зачёта по ОФП прыжки в длину с места.	1			Игра «Кузнечик»
19.	Народная игра Обучение техники ловли мяча и передач на расстояние.	1			
20.	Баскетбол. Обучение техники игры в баскетбол. Ведение мяча и броски по кольцу.	1			
21.	Урок-соревнование. Урок-зачёт. Соревнование между классами по игре в баскетбол. Сдача зачёта по ОФП прыжки через скакалку за 1 мин.	1			
22.	Баскетбол	1			Игры на свежем

	Обучение техники игры в нападении. Ведение мяча и броски по кольцу.				воздухе
23.	Баскетбол Совершенствование техники игры в нападении . Игра в быстрый отрыв.	1			
24.	Урок – соревнование. Урок-зачёт. Соревнование по мини- баскетболу между классами. Сдача зачёта по ОФП челночный бег 3x10м.	1			
25.	Баскетбол Обучение техники игры в зонной защите. Броски по кольцу с различных точек.	1			
26.	Баскетбол Совершенствование техники игры в баскетбол.	1			
27.	Баскетбол Соревнования между классами по мини баскетболу. Сдача зачёта по ОФП потягивание на перекладине.	1			
	2 четверть				
28	Гимнастика Техника безопасности на уроках гимнастики. Разучивание акробатической комбинации.	1			
29	Гимнастика Разучивание акробатической комбинации.	1			
30	Гимнастика Совершенствование техники акробатической комбинации	1			
31	Плавание Урок-соревнование. Обучение техники плавания вольным стилем на дистанции 25 и 50 метров	1			
32	Гимнастика Урок-зачёт. Совершенствование техники акробатической	1			Игра «Салки»

	комбинации.				
33	Гимнастика Обучение техники лазанья по канату в 3 приёма.	1			
34	Гимнастика. Урок-зачёт. Совершенствование техники лазанья по канату. Сдача зачёта.	1			
35	Гимнастика Обучение техники опорного прыжка через козла.	1			
36	Гимнастика. Совершенствование техники опорного прыжка.	1			Игра «чехорда»
37	Урок-соревнование. Плавание. Соревнования по плаванию между классами..	1			
38	Гимнастика Обучение техники комбинации на брусках.	1			
39	Гимнастика. Совершенствование техники опорного прыжка.	1			
40	Урок соревнования. Урок-зачёт. Сдача зачёта техника опорного прыжка через козла.	1			
41	Гимнастика Обучение техники комбинации на брусках.	1			
42	Гимнастика. Совершенствование техники комбинации на брусках.	1			
43	Плавание. Урок-соревнование. Соревнования между классами. Совершенствование техники плавания вольным стилем.	1			
44	Гимнастика Обучение техники подъёма переворотом на перекладине и на брусках.	1			Карточка №1
45	Гимнастика. Совершенствование техники подъёма переворотом на брусках и на перекладине.	1			

46	Гимнастика Обучение техники комбинация на брусьях.	1			
47	Гимнастика Совершенствование техники комбинации на брусьях.	1			
48	Гимнастика Урок-зачет. Сдача зачёта подъём переворотом на перекладине и на брусьях.	1			
	3 четверть				
49	Спортивные игры. Волейбол. Овладение техникой приёмов. Прямая нижняя подача и приём мяча снизу.	1			
50	Спортивные игры. Волейбол. Овладение техникой приёмов. Прямая нижняя подача и прием мяча снизу.	1			
51	Плавание. Совершенствование техники плавания способом брасс.	1			
52	Спортивные игры. Волейбол. Обучение технике передач мяча сверху двумя руками.	1			Подвижные игры
53	Спортивные игры. Волейбол. Урок-зачёт. Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху. Сдача зачёта прямая нижняя подача.	1			
54	Плавание Совершенствование техники плавания вольным стилем.	1			
55	Лыжная подготовка Овладение техники лыжных ходов	1			
56	Лыжная подготовка Овладение техники лыжных ходов	1			
57	Плавание Обучение техники плавания вольным стилем.	1			
58	Лыжная подготовка Урок-зачёт. Прохождение дистанции попеременно-	1			Игры на свежем воздухе

	двухшажным ходом.				
59	Лыжная подготовка Овладение техники лыжных ходов. Коньковый ход.	1			
60	Плавание Обучение техники старта с тумбочки.	1			
61	Лыжная подготовка Овладение техники лыжных ходов	1			
62	Лыжная подготовка Урок-зачёт. Подъёмы в гору и спуски с гор.	1			
63	Плавание Совершенствование техники плавания способом брасс.	1			
64	Лыжная подготовка Обучение техники конькового хода.	1			
65	Лыжная подготовка Совершенствование техники конькового хода.	1			
66	Плавание Соревнование между классами.	1			
67	Лыжная подготовка Урок-зачёт. Спуски с гор, торможение различными способами и развороты на месте.	1			
68	Лыжная подготовка Овладение техники лыжных ходов. Бесшажный ход.	1			
69	Плавание Обучение техники плавания на спине.	1			
70	Лыжная подготовка Обучение техники конькового хода.	1			
71	Лыжная подготовка. Урок-соревнование. Соревнования между классами по лыжной подготовке.	1			
72	Баскетбол Обучение техники бросков сбоку от кольца и штрафные	1			

	броски.				
73	Баскетбол Обучение техники ведения мяча и бросков по кольцу	1			
74	Баскетбол. Урок-соревнование Соревнования по баскетболу по упрощенным правилам.	1			
75	Л/атлетика Обучение техники прыжков в высоту.	1			
76	л/атлетика Обучение техники прыжков в высоту методом перешагивания	1			
77	Л/атлетика Совершенствование техники прыжков в высоту методом перешагивание.	1			
78	Л/атлетика. Урок - соревнование Соревнование между классами по прыжкам в высоту.	1			
	4 четверть				
79	Баскетбол Совершенствование тактики игры в зонной защите.	1			
80	Баскетбол Совершенствование тактики игры в нападении в быстрый отрыв.	1			
81	Баскетбол Соревнование по мини баскетболу	1			
82	Народная игра Совершенствование подачи мяча из города лаптой	1			
83	Народная игра Совершенствование техники передачи малого мяча	1			
84	Народная игра Соревнование по русской лапте	1			
85	Народная игра Обучение техники передач мяча и перебежки.	1			Подвижные игры
86	Народная игра Совершенствование техники броска мяча в цель	1			
87	Народная игра Соревнование	1			
88	Народная игра Совершенствование техники броска мяча в цель	1			

89	Народная игра Развитие скоростных качеств	1			
90	Народная игра Соревнование между классами	1			
91	Народная игра Развитие скоростных качеств	1			Игры на свежем воздухе
92	Лёгкая атлетика Овладение техникой прыжка в высоту	1			
93	Лёгкая атлетика Соревнование между классами по прыжкам в высоту.	1			
94	Лёгкая атлетика Овладение техникой прыжка в длину с разбега.	1			
95	Лёгкая атлетика Совершенствование техники прыжка в длину с разбега.	1			
96	Лёгкая атлетика Урок-зачёт. Прыжки в длину с разбега.	1			
97	Лёгкая атлетика Совершенствование техники метания малого мяча в цель	1			
98	Лёгкая атлетика Совершенствование техники метания малого мяча в цель и на дальность	1			
99	Лёгкая атлетика Урок-зачёт. Метание малого мяча на дальность с разбега.	1			
100	Лёгкая атлетика Обучение техники бега на выносливость.	1			
101	Лёгкая атлетика Развитие двигательного качества выносливости	1			
102	Лёгкая атлетика Урок-зачёт. Сдача зачёта бег на выносливость (1000м.)	1			

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Ракитянская средняя общеобразовательная школа №1»
Ракитянского района Белгородской области

**Календарно-тематическое планирование
по физической культуре
для 9 класса**

**Приложение к рабочей программе по физической культуре
основного общего образования,
утвержденной приказом № 401 от 30 августа 2014 года**

Количество часов в неделю 3 час, количество учебных недель 34,
количество часов в год 102.

Планирование составлено на основе комплексной программы
физического воспитания учащихся 1-11 классов (Авторы В.И. Лях, А.А.
Зданевич, 2008 г.).

№ урока	Наименование раздела и тем	Часы учебного времени	Сроки проведения		Примечание Основы теории в процессе каждого урока
			По плану	Фактически	
1.	Лёгкая атлетика Т.Б. на уроках лёгкой атлетики. Техника бега на выносливость.	1			
2.	Лёгкая атлетика Обучение техники бега с низкого старта. Стартовый разгон.	1			
3.	Лёгкая атлетика. Урок-соревнование Урок-зачёт. Соревнования между классами в беге на 30м.	1			Игра «Кто быстрее»
4.	Лёгкая атлетика Обучение техники бега на выносливость.	1			
5.	Лёгкая атлетика Совершенствование техники бега с низкого старта.	1			
6.	Лёгкая атлетика. Урок-зачёт. Урок-соревнование. Соревнование между классами в беге на 60 метров.	1			
7.	Лёгкая атлетика Обучение техники бега на выносливость. (6 минутный бег)	1			Игра «Салки»
8.	Лёгкая атлетика Совершенствование техники бега на выносливость (бег до 2000м.)	1			
9.	Лёгкая атлетика. Урок-соревнование. Соревнования между классами по бегу на выносливость. (6 минутный бег)	1			
10.	Лёгкая атлетика Обучение техники метания мяча на дальность с	1			

	разбега.				
11.	Лёгкая атлетика. Совершенствование техники метания мяча на дальность с разбега.	1			Игра «Снайпер»
12.	Урок-соревнование Соревнования между классами по метанию мяча на дальность с разбега.	1			
13.	Народная игра Обучение техники игры в русскую лапту. Удары по мячу и ловля мяча.	1			
14.	Народная игра. Совершенствование техники игры в русскую лапту. Перебежки и осаливание.	1			
15.	Урок-соревнование. Урок-зачёт. Соревнование между классами по игре в русскую лапту. Сдача зачёта по ОФП бег на 1км.	1			Бег на выносливость
16.	Народная игра Обучение техники ударов по мячу и перебежки.	1			
17.	Народная игра Совершенствование техники игры в русскую лапту. Передачи мяча и ловля мяча.	1			
18.	Урок – соревнование. Урок-зачёт. Соревнование между классами по русской лапте. Сдача зачёта по ОФП прыжки в длину с места.	1			Игра «Кузнечик»
19.	Народная игра Обучение техники ловли мяча и передач на расстояние.	1			
20.	Баскетбол. Обучение техники игры в баскетбол. Ведение мяча и броски по кольцу.	1			
21.	Урок-соревнование.	1			

	Урок-зачёт. Соревнование между классами по игре в баскетбол. Сдача зачёта по ОФП прыжки через скакалку за 1 мин.				
22.	Баскетбол Обучение техники игры в нападении. Ведение мяча и броски по кольцу.	1			Игры на свежем воздухе
23.	Баскетбол Совершенствование техники игры в нападении . Игра в быстрый отрыв.	1			
24.	Урок – соревнование. Урок-зачёт. Соревнование по мини- баскетболу между классами. Сдача зачёта по ОФП челночный бег 3x10м.	1			
25.	Баскетбол Обучение техники игры в зонной защите. Броски по кольцу с различных точек.	1			
26.	Баскетбол Совершенствование техники игры в баскетбол.	1			
27.	Баскетбол Соревнования между классами по мини баскетболу. Сдача зачёта по ОФП потягивание на перекладине.	1			
	2 четверть				
28	Гимнастика Техника безопасности на уроках гимнастики. Разучивание акробатической комбинации.	1			
29	Гимнастика Разучивание акробатической комбинации.	1			
30	Гимнастика Совершенствование техники акробатической комбинации	1			
31	Плавание Урок-соревнование. Обучение техники плавания	1			

	вольным стилем на дистанции 25 и 50 метров				
32	Гимнастика Урок-зачёт. Совершенствование техники акробатической комбинации.	1			
33	Гимнастика Обучение техники лазанья по канату в 3 приёма.	1			
34	Гимнастика. Урок-зачёт. Совершенствование техники лазанья по канату. Сдача зачёта.	1			
35	Гимнастика Обучение техники опорного прыжка через козла.	1			
36	Гимнастика. Совершенствование техники опорного прыжка.	1			
37	Урок-соревнование. Плавание. Соревнования по плаванию между классами..	1			
38	Гимнастика Обучение техники комбинации на брусьях.	1			
39	Гимнастика. Совершенствование техники опорного прыжка.	1			
40	Урок соревнование. Урок-зачёт. Сдача зачёта техника опорного прыжка через козла.	1			
41	Гимнастика Обучение техники комбинации на брусьях.	1			
42	Гимнастика. Совершенствование техники комбинации на брусьях.	1			
43	Плавание. Урок-соревнование. Соревнования между классами. Совершенствование техники плавания вольным стилем.	1			
44	Гимнастика Обучение техники подъёма переворотом на	1			

	перекладине и на брусках.				
45	Гимнастика. Совершенствование техники подъёма переворотом на брусках и на перекладине.	1			
46	Гимнастика Обучение техники комбинация на брусках.	1			
47	Гимнастика Совершенствование техники комбинации на брусках.	1			
48	Гимнастика Урок-зачет. Сдача зачёта подъём переворотом на перекладине и на брусках.	1			
3 четверть					
49	Спортивные игры. Волейбол. Овладение техникой приёмов. Прямая нижняя подача и приём мяча снизу.	1			
50	Спортивные игры. Волейбол. Овладение техникой приёмов. Прямая нижняя подача и прием мяча снизу.	1			
51	Плавание. Совершенствование техники плавания способом брасс.	1			
52	Спортивные игры. Волейбол. Обучение технике передач мяча сверху двумя руками.	1			
53	Спортивные игры. Волейбол. Урок-зачёт. Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху. Сдача зачёта прямая нижняя подача.	1			
54	Плавание Совершенствование техники плавания вольным стилем.	1			
55	Лыжная подготовка	1			

	Овладение техники лыжных ходов				
56	Лыжная подготовка Овладение техники лыжных ходов	1			
57	Плавание Обучение техники плавания вольным стилем.	1			
58	Лыжная подготовка Урок-зачёт. Прохождение дистанции попеременно- двухшажным ходом.	1			
59	Лыжная подготовка Овладение техники лыжных ходов. Коньковый ход.	1			
60	Плавание Обучение техники старта с тумбочки.	1			
61	Лыжная подготовка Овладение техники лыжных ходов	1			
62	Лыжная подготовка Урок-зачёт. Подъёмы в гору и спуски с гор.	1			
63	Плавание Совершенствование техники плавания способом брасс.	1			
64	Лыжная подготовка Обучение техники конькового хода.	1			
65	Лыжная подготовка Совершенствование техники конькового хода.	1			
66	Плавание Соревнование между классами.	1			
67	Лыжная подготовка Урок-зачёт. Спуски с гор, торможение различными способами и развороты на месте.	1			
68	Лыжная подготовка Овладение техники лыжных ходов. Бесшажный ход.	1			
69	Плавание Обучение техники плавания на спине.	1			

70	Лыжная подготовка Обучение техники конькового хода.	1			
71	Лыжная подготовка. Урок-соревнование. Соревнования между классами по лыжной подготовке.	1			
72	Баскетбол Обучение техники бросков сбоку от кольца и штрафные броски.	1			
73	Баскетбол Обучение техники ведения мяча и бросков по кольцу	1			
74	Баскетбол. Урок-соревнование Соревнования по баскетболу по упрощенным правилам.	1			
75	Л/атлетика Обучение техники прыжков в высоту.	1			
76	л/атлетика Обучение техники прыжков в высоту методом перешагивания	1			
77	Л/атлетика Совершенствование техники прыжков в высоту методом перешагивание.	1			
78	Л/атлетика. Урок - соревнование Соревнование между классами по прыжкам в высоту.	1			
	4 четверть				
79	Баскетбол Совершенствование тактики игры в зонной защите.	1			
80	Баскетбол Совершенствование тактики игры в нападении в быстрый отрыв.	1			

81	Баскетбол Соревнование по мини баскетболу	1			
82	Народная игра Совершенствование подачи мяча из города лаптой	1			
83	Народная игра Совершенствование техники передачи малого мяча	1			
84	Народная игра Соревнование по русской лапте	1			
85	Народная игра Обучение техники передач мяча и перебежки.	1			
86	Народная игра Совершенствование техники броска мяча в цель	1			
87	Народная игра Соревнование	1			
88	Народная игра Совершенствование техники броска мяча в цель	1			
89	Народная игра Развитие скоростных качеств	1			
90	Народная игра Соревнование между классами	1			
91	Народная игра Развитие скоростных качеств	1			
92	Лёгкая атлетика Овладение техникой прыжка в высоту	1			
93	Лёгкая атлетика Соревнование между классами по прыжкам в высоту.	1			
94	Лёгкая атлетика Овладение техникой прыжка в длину с разбега.	1			
95	Лёгкая атлетика Совершенствование техники прыжка в длину с разбега.	1			

96	Лёгкая атлетика Урок-зачёт. Прыжки в длину с разбега.	1			
97	Лёгкая атлетика Совершенствование техники метания малого мяча в цель	1			
98	Лёгкая атлетика Совершенствование техники метания малого мяча в цель и на дальность	1			
99	Лёгкая атлетика Урок-зачёт. Метание малого мяча на дальность с разбега.	1			
100	Лёгкая атлетика Обучение техники бега на выносливость.	1			
101	Лёгкая атлетика Развитие двигательного качества выносливости	1			
102	Лёгкая атлетика Урок-зачёт. Сдача зачёта бег на выносливость (1000м.)	1			