

Календарно-тематическое планирование

9 класс

приложение №1

№П /П	Тема урока	Характеристика основных видов деятельности ученика (на уровне учебных действий)	Ресурсы урока	Дата по плану		
Легкая атлетика (10 ч)						
1	Спринтерский бег, эстафетный бег Низкий старт до 30 м. Бег по дистанции 70–80 м. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Инструктаж по ТБ	Совершенствовать технику бега на короткие, средние дистанции в групповых формах организации учебной деятельности. Находить ошибки у своих одноклассников и предлагать способы их устранения. Демонстрировать максимально возможный индивидуальный результат в условиях соревновательной деятельности.	М.Я.Виленский, В.И. Лях Физическая культура 8-9 класс. Учебник ФГОС. Эстафетная палочка, рулетка, секундомер			
2	Спринтерский бег, эстафетный бег Низкий старт до 30 м. Бег по дистанции 70–80 м. Финиширование. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Основы обучения двигательным действиям					
3	Спринтерский бег, эстафетный бег Низкий старт до 30 м. Бег по дистанции 70–80 м. Финиширование. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Основы обучения двигательным действиям					
4	Спринтерский бег, эстафетный бег. Низкий старт до 30 м. Финиширование. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.					
5	Спринтерский бег, эстафетный бег. Учетный. Бег на результат 60 метров (мин). Специальные беговые упражнения. Эстафетный бег. Развитие скоростных качеств					
6	Прыжок в длину способом «согнув ноги», метание малого мяча Прыжок в длину способом «согнув ноги» с 11–13 беговых шагов. Метание мяча на дальность с места. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. История отечественного спорта	Совершенствовать технику прыжков и метания малого мяча в групповых формах организации учебной деятельности. Находить ошибки у своих одноклассников и предлагать способы их устранения. Демонстрировать максимально возможный индивидуальный результат в условиях соревновательной деятельности.	М.Я.Виленский, В.И. Лях Физическая культура 8-9 класс. Учебник ФГОС. Малые мячи, вертикальная и горизонтальная цель, рулетка			
7	Прыжок в длину способом «согнув ноги», метание малого мяча. Прыжок в длину способом «согнув ноги» с 11–13 беговых шагов. Метание мяча на дальность с разбега. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.					
8	Прыжок в длину способом «согнув ноги», метание малого мяча. Учетный. Прыжок в длину на результат. Метание мяча на дальность. Развитие скоростно-силовых качеств					
9	Бег на средние дистанции			Совершенствовать технику	М.Я.Виленский, В.И.	

	Бег 2000 м (мальчики) и 1500 м (девочки). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. История Отечественного спорта	бега на длинные дистанции. Находить ошибки у своих одноклассников и предлагать способы их устранения.	Лях Физическая культура 8-9 класс. Учебник ФГОС.			
10	Бег на средние дистанции. Учетный. Бег 2000 м (мальчики) и 1500 м (девочки).	Демонстрировать максимально возможный индивидуальный результат в условиях соревновательной деятельности.	Рулетка, секундомер			
Кроссовая подготовка(2ч.)						
11	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий Бег в равномерном темпе 17 минут. Специальные беговые упражнения. Преодоление вертикальных препятствий прыжком. Спортивные игры. Развитие выносливости.	Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.	М.Я.Виленский,В.И. Лях Физическая культура 8-9 класс. Учебник ФГОС.			
12	Учетный. Бег на результат 3000 м (юноши) и 2000 м (девочки). Развитие выносливости	Применяют беговые упражнения для развития соответствующих физических качеств, выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений, соблюдают правила безопасности.	Рулетка, секундомер			
Спортивные игры (мини-футбол) (6ч)						
13	Техника удара по мячу серединой лба. Развитие двигательных способностей. Игра в футбол по правилам Правила техники безопасности.	Применять технические приёмы игры в футбол в условиях игровой деятельности. Описывать технику удара по мячу серединой лба, анализировать правильность её выполнения, находить ошибки и способы их исправления.	М.Я.Виленский,В.И. Лях Физическая культура 8-9 класс. Учебник ФГОС. Мяч, скакалки.			
14	Техника остановки мяча подошвой. Развитие координационных способностей по средствам ОРУ. Игра в футбол по правилам	Использовать удар по мячу серединой лба в учебной и игровой деятельности.				
15	Техника остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы. Игра в футбол по правилам	Описывать технику остановки мяча разными способами, анализировать правильность её выполнения, находить ошибки и способы их исправления.				
16	Техника остановки опускающегося мяча внутренней стороной стопы. Игра в футбол по правилам	Использовать остановку мяча изученными способами в условиях учебной и игровой деятельности. Описывать технику отбора мяча подкатом, анализировать правильность её исполнения; Использовать отбор мяча способом подката в условиях учебной				
17	Техника остановки мяча грудью. Технико-тактические действия в защите и нападении. Игра в футбол по правилам					
18	Техника отбора мяча подкатом. Технико-тактические действия в защите и нападении. Игра в футбол по правилам					

		и игровой деятельности. Взаимодействовать с игроками при защите и нападении. Использовать упражнения для развития физических качеств футболиста, включать их в занятия спортивной подготовкой. Проявлять дисциплинированность на площадке, уважение к соперникам и игрокам своей команды. Взаимодействовать с игроками своей команды при атакующих и защитных действиях, управлять эмоциями и четко соблюдать правила игры				
Гимнастика(18ч.)						
19	Висы, строевые упражнения. Переход с шага на месте на ходьбу в колонне. Подтягивание в висе. Подъем переворотом силой (мальчики). Подъем переворотом махом (девочки). ОРУ на месте. Упражнение на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей. Инструктаж по ТБ	Составлять комплексы упражнений для развития основных физических качеств. Подбирать их дозировку с учетом индивидуальной физической подготовленности и включать в самостоятельные занятия физическими упражнениями и прикладно-ориентированной физической подготовкой. Составлять и выполнять комплексы упражнений для развития дыхательного аппарата	М.Я.Виленский,В.И. Лях Физическая культура 8-9 класс. Учебник ФГОС. Перекладина, гимнастические маты			
20	Висы, строевые упражнения. Переход с шага на месте на ходьбу в колонне. Подтягивание в висе. Подъем переворотом силой (мальчики). Подъем переворотом махом (девочки). ОРУ на месте. Упражнение на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей. Изложение взглядов и отношений к физической культуре, к ее материальным и духовным ценностям					
21	Висы, строевые упражнения. Переход с шага на месте на ходьбу в колонне. Подтягивание в висе.	Описывают технику общеразвивающих упражнений с предметами. Составляют комбинации из числа разученных упражнений. Описывают технику данных упражнений. Составляют гимнастические комбинации из числа разученных упражнений. Оказывают страховку и помощь во время занятий, соблюдают технику безопасности. Составлять индивидуальные комбинации. Оценивать выполнение акробатической комбинации и				
22	Подтягивание в висе. Подъем переворотом силой (мальчики). Подъем переворотом махом (девочки). ОРУ на месте. Упражнение на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей.					
23						
24	Висы, строевые упражнения. Учетный Переход с шага на месте на ходьбу в колонне и в шеренге. Подтягивание в висе. Подъем переворотом силой (мальчики). Подъем переворотом махом (девочки). ОРУ на месте. Упражнение на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей					

25	Опорный прыжок. Строевые упражнения Перестроение из колонны по одному в колонну по два, четыре в движении. Прыжок ноги врозь (м.). Прыжок боком (д.). ОРУ с предметами. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Лазание по канату в два приема Зарождение и становление Всесоюзного физкультурного комплекса ГТО.	опорных прыжков своих одноклассников с помощью эталонного образца. Описывать технику танцевальных шагов польки, выполняемых на гимнастическом бревне, анализировать правильность её выполнения, находить ошибки и способы их устранения.	М.Я.Виленский,В.И. Лях Физическая культура 8-9 класс. Учебник ФГОС Гимнастические маты, подкидной мостик, гимнастический козел				
26	Опорный прыжок. Строевые упражнения	Демонстрировать способы самостраховки и предупреждения травматизма.					
27	Выполнение команды «Прямо!», Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении. Прыжок ноги врозь (м.). Прыжок боком (д.). ОРУ с предметами. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Осваивать самостоятельно и демонстрировать в условиях учебной деятельности технику, танцевальных шагов польки, выполняемых на гимнастическом бревне. Описывать технику соскоков, анализировать правильность их выполнения, находить ошибки и способы их устранения.					
28	Опорный прыжок. Строевые упражнения	Демонстрировать способы самостраховки и предупреждения травматизма.					
29	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре в движении. Прыжок ноги врозь (м.). Прыжок боком (д.). ОРУ с предметами. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Осваивать самостоятельно и демонстрировать в условиях учебной деятельности технику соскоков.					
30	Опорный прыжок. Строевые упражнения. Учетный Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре в движении. Прыжок ноги врозь (м.). Прыжок боком (д.). ОРУ с предметами. Развитие скоростно-силовых способностей.	Составлять индивидуальные комбинации, исходя из своих особенностей техники выполнения гимнастических упражнений					
31	Акробатика. Из упора присев стойка на руках и голове (мальчики). Равновесие на одной руке. Кувырок назад в полушпагат (девочки). ОРУ в движении. Развитие координационных способностей			М.Я.Виленский,В.И. Лях Физическая культура 8-9 класс. Учебник ФГОС. Гимнастические маты			
32	Акробатика.						
33	Из упора присев стойка на руках и голове (мальчики). Равновесие на одной руке. Кувырок назад в полушпагат (девочки). ОРУ в движении. Развитие координационных способностей						
34	Акробатика. Длинный кувырок с трех шагов разбега (мальчики). Равновесие на одной руке. Кувырок назад в полушпагат (девочки). ОРУ в движении. Развитие координационных способностей						
35	Акробатика. Учетный.						
36	Длинный кувырок с трех шагов разбега. Равновесие на одной руке. Кувырок назад в полушпагат (девочки). ОРУ в движении. Развитие координационных способностей						

Лыжная подготовка (18ч.)						
37	Движения рук и ног в попеременном четырёхшажном ходе. Отталкивание ног в одновременном двухшажном коньковом ходе. Сгибание ног при преодолении бугра. Техника безопасности	<p>Совершенствовать технику передвижения на лыжах ранее освоенными лыжными ходами в групповых формах организации учебной деятельности, находить ошибки у одноклассников и предлагать способы их устранения. Демонстрировать максимально возможный индивидуальный результат в прохождении соревновательных дистанций. Описывать технику одновременного бесшажного хода, анализировать правильность её исполнения, находить ошибки и способы их устранения. Осваивать самостоятельно и демонстрировать технику одновременного бесшажного хода в условиях учебной и соревновательной деятельности. Описывать технику торможения боковым соскальзыванием, анализировать правильность её выполнения, находить ошибки и способы их устранения. Осваивать самостоятельно и демонстрировать технику торможения боковым соскальзыванием в условиях учебной и соревновательной деятельности. Совершенствовать технику перехода с одного лыжного хода на другой в групповых формах организации учебной деятельности, находить ошибки у одноклассников и предлагать способы их устранения. Описывать технику основных лыжных переходов, анализировать правильность её исполнения, находить ошибки и способы их устранения. Осваивать самостоятельно и демонстрировать технику лыжных переходов в условиях учебной и соревновательной деятельности. Выбирать скорость и способ</p>	<p>М.Я.Виленский,В.И. Лях</p> <p>Физическая культура 8-9 класс. Учебник ФГОС.</p> <p>Лыжи</p>			
38	Движения рук и ног в попеременном четырёхшажном ходе. Отталкивание ног в одновременном двухшажном коньковом ходе. Сгибание ног при преодолении бугра.					
39	Согласованность движений рук и ног в попеременном четырёхшажном ходе. Разгибание ног при отталкивании в одновременном двухшажном коньковом ходе. Преодоление впадины.					
40	Согласованность движений рук и ног в попеременном четырёхшажном ходе. Сгибание ног перед отталкиванием в одновременном двухшажном коньковом ходе. Разгибание ног при преодолении впадины.					
41	Постановка палки на снег кольцом назад и движение рук за бедро при отталкивании в попеременном четырёхшажном ходе. Отталкивание ног в одновременном двухшажном коньковом ходе. Разгибание ног при преодолении впадины.					
42	Постановка палки на снег кольцом назад и движение рук за бедро при отталкивании в попеременном четырёхшажном ходе. Отталкивание ног в одновременном двухшажном коньковом ходе. Разгибание ног при преодолении впадины.					
43	Постановка палки на снег кольцом назад и движение рук за бедро при отталкивании в попеременном четырёхшажном ходе. Отталкивание ног в одновременном двухшажном коньковом ходе. Разгибание ног при преодолении впадины.					
44	Техника одновременного бесшажного хода.					
45	Техника одновременного бесшажного хода.					
46	Техника торможения боковым соскальзыванием.					
47	Техника торможения боковым соскальзыванием.					
48	Техника лыжных переходов: переход без шага; переход через шаг; прямой переход; переход с одновременного хода на попеременный; переход с неоконченным отталкиванием палкой.					
49	Техника лыжных переходов: переход без шага; переход через шаг; прямой переход; переход с одновременного хода на попеременный; переход с неокончен-					

	ным отталкиванием палкой.	передвижения по соревновательной дистанции				
50	Чередование попеременных ходов — двухшажного и четырёхшажного. Преодоление контруклона.					
51	Учетный. Чередование попеременных ходов — двухшажного и четырёхшажного.					
52	Чередование одновременных ходов — бесшажного, одношажного и двухшажного. Прохождение дистанции до 5 км (классический ход).					
53	Чередование одновременных ходов — бесшажного, одношажного и двухшажного. Прохождение дистанции до 5 км (классический ход).					
54	Учетный. Чередование одновременных ходов — бесшажного, одношажного и двухшажного. Принять контрольные нормативы на дистанции 3 км (классический ход).					
Элементы единоборств (9ч)						
55	Техника безопасности. Правила поведения во время занятий. Гигиена борца. Влияние занятий единоборствами на организм человека. Подвижные игры	Описывают технику выполнения приемов в единоборствах, осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Применяют упражнения в единоборствах для развития соответствующих физических способностей. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения упражнений в единоборствах, соблюдают правила техники безопасности. Применяют освоенные упражнения и подвижные игры для развития координационных, силовых способностей и силовой выносливости	М.Я.Виленский, В.И. Лях Физическая культура 8-9 класс. Учебник ФГОС Гимнастические маты			
56	Упражнения самостраховки и страховки. Подвижные игры.					
57	упражнения: на мосту; в упоре на руках забрасывание ног, делая высед на бедро; падения; вставания на мост со стойки (с помощью, без помощи).					
58	упражнения: на мосту; в упоре на руках забрасывание ног, делая высед на бедро; падения; вставания на мост со стойки (с помощью, без помощи).					
59	Акробатические упражнения:					
60	кувырки вперед-назад; через правое и левое плечо; через препятствие; кувырки в парах; назад через стойку на руках. Стойки, передвижения, захваты и освобождение.					
61	Техника борьбы в стойке: Бросок рывком за пятку; за обе ноги; подхват голенью. Выведение из равновесия и перевод в партер: рывком за руку; скручиванием в сторону; сбивание наклоном; нырком; вращением.					
62	Техника борьбы в партере и лежа: перевороты скручиванием, накатом, рычагом болевые, удушающие. Приёмы самозащиты:					
63	Защита от удара кулаком сбоку, снизу, сверху, от прямого удара.					

Спортивные игры (18ч)

64	<p>Волейбол. Стойки и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача Учебная игра. Развитие координационных способностей. ТБ на уроках.</p>	<p>Применять технические приёмы игры в волейбол в условиях игровой деятельности. Описывать технику приёмов мяча, анализировать правильность её выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Использовать приёмы мяча в условиях учебной и игровой деятельности. Описывать технику нападающего удара, анализировать правильность её выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Использовать нападающий удар в условиях учебной и игровой деятельности. Описывать технику индивидуального и группового блокирования, анализировать правильность её выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Использовать индивидуальное и групповое блокирование в условиях учебной и игровой деятельности. Взаимодействовать с игроками своей команды в атаке в условиях учебной и игровой деятельности. Использовать упражнения для развития физических качеств волейболиста, включать их в занятия спортивной подготовкой. Проявлять дисциплинированность на площадке, уважение к соперникам и игрокам своей команды. Взаимодействовать с игроками своей команды при атакующих и защитных действиях, управлять эмоциями и чётко соблюдать правила игры</p>	<p>М.Я.Виленский,В.И. Лях Физическая культура 8-9 класс. Учебник ФГОС. Волейбольная сетка, волейбольные мячи</p>			
65	<p>Волейбол. Стойки и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача Учебная игра. Развитие координационных способностей.</p>					
66	<p>Волейбол. Стойки и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар при встречных передачах.</p>					
67	<p>Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра. Игра в нападение через 3-ю зону. Развитие координационных способностей</p>					
68	<p>Волейбол. Стойки и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Учебная игра. Игра в нападение через 3-ю зону. Развитие координационных способностей</p>					
69	<p>Волейбол. Стойки и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Учебная игра. Игра в нападение через 3-ю зону. Развитие координационных способностей</p>					
70	<p>Волейбол. Комбинации из передвижений игрока. Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Учебная игра. Игра в нападение через 3-ю зону. Развитие координационных способностей</p>					
71	<p>Волейбол. Комбинации из передвижений</p>					
72	<p>игрока. Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Учебная игра. Игра в нападение через 4-ю зону. Развитие координационных</p>					

	способностей				
73	Баскетбол. Сочетание приемов передвижений и остановок, приемов передач, ведения и бросков. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Позиционное нападение со сменой мест. Учебная игра. Правила баскетбола	<p>Совершенствовать технику ранее освоенных приёмов игры в баскетбол в групповых формах организации учебной деятельности.</p> <p>Находить ошибки у одноклассников и предлагать способы их устранения.</p> <p>Применять технические приёмы игры в баскетбол в условиях игровой деятельности.</p> <p>Описывать технику передачи мяча освоенными способами, анализировать правильность её исполнения, находить ошибки и способы их исправления.</p> <p>Характеризовать особенности самостоятельного освоения техники передач в процессе самостоятельных занятий.</p>			
74	Баскетбол. Сочетание приемов передвижений и остановок, приемов передач, ведения и бросков. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (2Х2). Учебная игра.				
75	Баскетбол. Сочетание приемов передвижений и остановок, приемов передач, ведения и бросков. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (3Х3). Учебная игра.				
76	Баскетбол. Сочетание приемов передвижений и остановок, приемов передач, ведения и бросков. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (4Х4). Учебная игра.				
77	Баскетбол. Сочетание приемов передвижений и остановок, приемов передач, ведения и бросков. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (4Х4). Учебная игра.				
78	Баскетбол. Сочетание приемов передвижений и остановок, приемов передач, ведения и бросков. Взаимодействие двух игроков в нападении и защите «заслон». Учебная игра. Правила баскетбола				
79	Баскетбол. Сочетание приемов передвижений и остановок, приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Взаимодействие трех игроков в нападении. Учебная игра. Правила баскетбола				
80	Баскетбол. Сочетание приемов передвижений и остановок, приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением после остановки. Взаимодействие трех игроков в нападении «малая восьмерка». Учебная игра				
81	Баскетбол. Сочетание приемов передвижений и остановок, приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением после остановки. Нападение				

	быстрым прорывом. Учебная игра				
Бадминтон (6ч)					
82	Бадминтон. Техника безопасности на уроках бадминтона. Техника выполнения и приема атакующего удара «смеш».	Овладевают основными приемами игры в бадминтон. Составлять комплексы упражнений для развития основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости.	М.Я.Виленский,В.И. Лях Физическая культура 8-9 класс. Учебник ФГОС. Ракетки, воланы, сетка		
83	Блокирующие удары в средней зоне открытой и закрытой стороной ракетки.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.			
84	Короткий атакующий удар с задней линии площадки.				
85	Тактика одиночной игры. Чередование высоких атакующих ударов на заднюю линию площадки и перевод волана на сетку.	Выявлять возможные отставания в показателях физического развития и физической подготовленности. Выполнять упражнения для развития основных физических качеств бадминтониста. Демонстрировать технику передвижения в различных зонах площадки. Демонстрировать технику выполнения ударов на сетке. Демонстрировать технику выполнения плоской и высокой подачи. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдая правила безопасности.			
86 87	Удары по диагонали, в правый задний угол площадки и левый угол у сетки. Быстрые атакующие удары со смещением игрока к задней линии.	Выполнять перемещение в средней зоне, в правом и левом углах площадки Выполнять удары на сетке: «подставка», открытой и закрытой стороной ракетки, прямо и по диагонали. Моделируют технику освоенных игровых действий и приемов, варьируют ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий, соблюдая правила безопасности.			
Легкая атлетика (11ч.)					

88	Бег на средние дистанции Бег 2000 м (мальчики) и 1500 м (девочки). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости. Инструктаж по ТБ	Совершенствовать технику бега на средние, длинные дистанции. Находить ошибки у своих одноклассников и предлагать способы их устранения. Демонстрировать максимально возможный индивидуальный результат в условиях соревновательной деятельности.	М.Я.Виленский, В.И. Лях Физическая культура 8-9 класс. Учебник ФГОС. Эстафетная палочка, рулетка, секундомер			
89	Бег на средние дистанции Бег 2000 м (мальчики) и 1500 м (девочки). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости.					
90	Бег на средние дистанции. Учетный Бег 2000 м (мальчики) и 1500 м (девочки). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости.					
91	Спринтерский бег, эстафетный бег. Низкий старт до 30 м. Стартовый разгон. Бег по дистанции 70-80 м. Эстафетный бег (передача палочки). Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Совершенствовать технику бега на короткие дистанции в групповых формах организации учебной деятельности. Находить ошибки у своих одноклассников и предлагать способы их устранения. Демонстрировать максимально возможный индивидуальный результат в условиях соревновательной деятельности.				
92	Спринтерский бег, эстафетный бег. Низкий старт до 30 м. Стартовый разгон. Бег по дистанции 70-80 м. Эстафетный бег (передача палочки). Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.					
93	Спринтерский бег, эстафетный бег. Низкий старт до 30 м. Финиширование. Бег по дистанции 70-80 м. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Основы обучения двигательным действиям					
94	Спринтерский бег, эстафетный бег. Низкий старт до 30 м. Финиширование. Бег по дистанции 70-80 м. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.					
95	Спринтерский бег, эстафетный бег. Учетный. Бег на результат 60 м. Специальные беговые упражнения. Эстафетный бег. Развитие скоростных качеств		М.Я.Виленский, В.И. Лях Физическая культура 5-7 класс. Учебник ФГОС. Планка. Теннисные мячи, рулетка			
96	Прыжок в высоту, метание малого мяча Прыжок в высоту способом «перешагивания» с 11-13 беговых шагов. Метание мяча на дальность в коридоре 10 м с разбега. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	Совершенствовать технику прыжков и метания малого мяча в групповых формах организации учебной деятельности. Находить ошибки у своих одноклассников и предлагать способы их устранения. Демонстрировать максимально возможный индивидуальный результат в условиях соревновательной деятельности.				
97	Прыжок в высоту, метание малого мяча Учетный. Прыжок в высоту способом «перешагивания» с 11-13 беговых шагов. Метание мяча на дальность в коридоре 10 м с разбега. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.					

98	Прыжок в высоту, метание малого мяча Подведение итогов года					
----	--	--	--	--	--	--

Приложение 2

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

- старт не из требуемого положения;
- отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
- бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
- несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Характеристика цифровой оценки (отметки)

Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если упражнение не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

