




Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Берёзовологская основная общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО
методическим советом
 Байер С.В.
Протокол №1
от «30» августа 2022г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР
 Леонова А.А.
Протокол №1
от «30» августа 2022г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор
 Николаева Н.В.
Приказ №01-12-164
от «31» августа 2022г.



**Рабочая программа
по физической культуре
для 6-9 классов
на 417 часов**

Программу составила
Лопатина Юлия Ивановна,
учитель физической культуры

д. Берёзовый Лог
2022 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре составлена на основе:

- Федерального государственного стандарта основного общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010г. № 1897;
- Примерных программ по учебным предметам. Физическая культура. 5-9 классы. Основная школа. М, Просвещение 2011;
- Программы «Физическая культура, 5-9 кл., Лях В.И., Зданевич А.А., Просвещение, 2011г.

Изменения в рабочей программе есть: 3 час физической культуры направлен на занятия шахматами, исходя из этого в рабочих программах составлено 2 календарно - тематических планирования.

Целью школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» направлен на решение следующих задач:

- содействовать гармоничному физическому развитию, закреплять навыки правильной осанки, развивать устойчивость организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитывать ценностные ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучать основам базовых видов двигательных действий;
- формировать основы знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- вырабатывать представления о физической культуре личности и приемах самоконтроля;
- углублять представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- воспитывать привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- вырабатывать организаторские навыки проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
- формировать адекватную оценку собственных физических возможностей;
- воспитывать инициативность, самостоятельность, взаимопомощь, дисциплинированность, чувство ответственности;
- содействовать развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

Программный материал усложняется по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных. Для прохождения теоретических сведений можно выделять время как в процессе уроков, так и отдельными уроками.

Важной особенностью образовательного процесса в основной школе является оценивание учащихся. Оценивание учащихся предусмотрено как по окончании раздела, так и по мере освоения умений и навыков.

В работе использую следующий УМК:

Физическая культура 5-9 классы: учебник для общеобразовательных организаций/ (М. Я. Виленский, И. М. Туревский, Т. Ю. Торочкова и др.); под ред. М. Я. Виленского.- 3-е изд.- М.: Просвещение, 2014г.;

Программа «Физическая культура, 5-9 кл., Лях В.И., Зданевич А.А., Просвещение, 2011г.;

Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5-9 классы. Основная школа. М, Просвещение 2011 г.

Курс «Физическая культура» изучается с 6 по 9 класс из расчёта 3 ч в неделю. Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введён приказом Минобрнауки от 30 августа 2010г. №889.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения физической культуры

Личностные результаты:

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России;
- знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества;
- воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира;
- готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые социальные сообщества;
- участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастной компетенции с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно-полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

Личностные результаты отражаются в готовности обучающихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура».

Метапредметные результаты

Регулятивные

- понимать цель выполняемых действий;

- выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;
- адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;
- анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);
- вносить коррективы в свою работу;
- продумывать последовательность упражнений, составлять комплексы упражнений утренней гимнастики, по профилактике нарушений осанки, физкультминуток;
- объяснять, какие технические приёмы были использованы при выполнении задания;
- самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств;
- координировать взаимодействие с партнёрами в игре;
- организовывать и проводить подвижные игры во время прогулок и каникул.

Познавательные

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника;
- различать, группировать подвижные и спортивные игры;
- характеризовать основные физические качества;
- группировать игры по видам спорта;
- устанавливать причины, которые приводят к плохой осанке;
- осуществлять поиск необходимой информации, используя различные справочные материалы;
- свободно ориентироваться в книге, используя информацию форзацев, оглавления, справочного бюро;
- сравнивать, классифицировать виды спорта летних и зимних Олимпийских игр;
- устанавливать взаимосвязь между занятиями физической культурой и воспитанием характера человека

Коммуникативные

- рассказывать об истории Олимпийских игр и спортивных соревнований, о профилактике нарушений осанки;
- высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека;
- договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.
- выражать собственное эмоциональное отношение к разным видам спорта;
- задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений;
- понимать действия партнёра в игровой ситуации.

Предметные результаты (бкласс)

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;
- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;
- освоение умения оказывать первую помощь при легких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;
- расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности;

Предметные результаты (7 класс)

-формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;

-формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и коррекционных упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;

-овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умение использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты (8 класс)

понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

-проявление уважительного отношения к окружающим, товарищам по команде и соперникам, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;

профилактика нарушения осанки, улучшение физической подготовки;

Предметные результаты (9 класс)

-формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и коррекционных упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;

-формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок

-овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умение использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности.

Содержание учебного предмета 6 класс (70+35ч)

Подвижные и спортивные игры (15 ч)

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале лёгкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр: футбол – удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

Баскетбол – специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

Волейбол – подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

Гимнастика с элементами акробатики (17 ч)

Организующие команды и приемы: перестроение в движении из колонны по одному в колонну по 2 и 4 дроблением и сведением; перестроение в движении из колонны по 2 и 4 в колонну по одному разведением и слиянием.

Упражнения на перекладине (мальчики) висы прогнувшись согнувшись; подтягивание в висе; поднимание прямых ног в висе. Девочки ; смешанные висы; подтягивание в висе лежа.

Кувырок вперед (назад) в группировке; кувырок вперед ноги скрестно с последующим поворотом на 180°; кувырок назад из стойки на лопатках в полушпагат.

Опорные прыжки: прыжок ноги врозь через гимнастического козла в ширину (*мальчики*); прыжок на гимнастического козла в упор присев и соскок (*девочки*). Ритмическая гимнастика (*девочки*): простейшие композиции, включающие в себя стилизованные общеразвивающие упражнения и танцевальные движения (мягкий, широкий и приставной шаги, шаг галопа и польки).

Передвижения по напольному гимнастическому бревну (*девочки*): ходьба с различной амплитудой движений и ускорениями, поворотами и подскоками (на месте и в движении). Прикладные упражнения: передвижения ходьбой, бегом, прыжками по наклонной гимнастической скамейке; спрыгивание и напрыгивание на ограниченную площадку; преодоление прыжком боком гимнастического бревна с опорой на левую (правую) руку. Расхождение при встрече на гимнастическом бревне (низком). Упражнения и комбинации на гимнастических брусьях: упражнения на параллельных брусьях (*мальчики*); упражнения на разновысоких брусьях (*девочки*). Упражнения общей физической подготовки.

Легкая атлетика (27ч)

Высокий старт. Бег с ускорением. Бег на короткие дистанции (30 м и 60 м). Гладкий равномерный бег на учебные дистанции (протяженность дистанций регулируется учителем или учащимися). Прыжки: в длину с разбега способом «согнув ноги» и в высоту способом «перешагивание». Метание малого мяча с места в вертикальную цель и на дальность с разбега. бег с преодолением искусственных и естественных препятствий (по типу кроссового бега). Упражнения общей физической подготовки.

Лыжные гонки (10ч)

Попеременный двухшажный и одновременный бесшажный ходы. Подъём «полуелочкой». Торможение «плугом». Повороты переступанием. Передвижение на лыжах 3 км.

Шахматы (35ч)

Организационное занятие. Из истории шахмат. Шахматы – это спорт. Шахматы – наука, искусство. Правила игры. Цель игры. Понятие о плане в игре. Сравнительная сила фигур. Влияние позиции на состояние сил. Ходы фигур и их особенности. Организация подвижности. Заграждение, отрезание полей. Защищающая фигура. Связка. Отсутствие времени. Форсирующие ходы. Шах. Двойной удар. Взятие. Превращение пешек. Угроза. Взаимодействие фигур.

Содержание учебного предмета 7 класс (70+35ч)

Гимнастика с основами акробатики. (16ч)

Организующие команды и приёмы: построения и перестроения на месте и в движении; передвижение строевым шагом одной, двумя и тремя колоннами.

Акробатические упражнения: кувырок вперёд в группировке; кувырок назад в упор присев; кувырок назад из стойки на лопатках в полушпагат; из упора присев перекат назад в стойку на лопатках; перекал вперёд в упор присев; зачётные комбинации (составляются из числа освоенных упражнений с учётом технической и физической **подготовленности** занимающихся).

Ритмическая гимнастика (девочки): стилизованные общеразвивающие упражнения; танцевальные шаги (мягкий шаг; высокий шаг, приставной шаг; шаг галопа; шаг польки); упражнения ритмической и аэробной гимнастики; зачётные композиции (составляются из

числа освоенных упражнений с учётом технической и физической подготовленности занимающихся).

Опорные прыжки: прыжок на гимнастического козла с последующим спрыгиванием; опорный прыжок через гимнастического козла ноги врозь.

Упражнения на гимнастическом бревне (девочки): передвижения ходьбой, приставными шагами, **повороты** стоя на месте; танцевальные шаги; зачётные комбинации (составляются из числа освоенных упражнений с учётом технической и физической подготовленности занимающихся).

Упражнения на гимнастической перекладине (мальчики): из виса стоя толчком двумя переход в упор; из упора, опираясь на левую (правую) руку, перемах правой (левой) вперёд; из упора правая (левая) впереди, опираясь на левую (правую) руку, перемах правой (левой) назад; из упора махом назад, переход в вис на согнутых руках; зачётные комбинации (составляются из числа освоенных упражнений с учётом технической и физической подготовленности занимающихся).

Лёгкая атлетика. (22ч)

Беговые упражнения: бег на длинные, средние и короткие дистанции; высокий старт; низкий старт; ускорения с высокого старта; спринтерский бег; гладкий равномерный бег на учебные дистанции; эстафетный бег.

Прыжковые упражнения: прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»; прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание».

Упражнения в метании малого мяча: метание малого мяча с места в вертикальную неподвижную мишень; метание малого мяча на дальность с разбега (трёх шагов).

Лыжные гонки. (15ч)

Передвижение на лыжах: попеременный двухшажный ход; одновременный одношажный ход; одновременный бесшажный ход; передвижения с чередованием ходов, переходом с одного способа на другой; перешагивание на лыжах небольших препятствий.

Подъёмы, спуски, повороты, торможение: поворот переступанием; подъём «лесенкой»; подъём «ёлочкой»; подъём «полуёлочкой»; спуск в основной, высокой и низкой стойках, по ровной поверхности; торможение плугом; торможение упором.

Технические приемы игры в баскетбол, волейбол – 17 часов

Баскетбол: ведение мяча шагом, бегом, змейкой, с обеганием стоек; ловля и передача мяча двумя руками от груди; передача мяча одной рукой от плеча; передача мяча при встречном движении; передача мяча двумя руками с отскока от пола; бросок мяча двумя руками от груди с места; штрафной бросок; повороты с мячом на месте; элементы тактических действий. Игра по упрощённым правилам.

Волейбол: Терминология избранной игры. Правила и организация проведения соревнований по волейболу. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Стойки игрока, передвижения; верхняя передача мяча; прием снизу; нижняя подача; игра в пионербол с элементами волейбола.

Шахматы (35ч)

Организационный момент. Знакомство. Повторение материала изученного за год. Разбор дебютов. «Силовые» методы в шахматах. Три правила дебюта. Нападение и защита. Размен. Основные цели дебюта. Активность – важнейший принцип игры шахмат. Как разыгрывать дебют. Дебютные ловушки. Расположение пешек и пешечные слабости. Три стадии шахматной партии. Стратегические цели. Быстрое развитие фигур. Направленная борьба за центр.

Содержание учебного предмета 8 класс (70+35ч)

Легкая атлетика (20 часов)

Т.Б. на занятиях по легкой атлетике. Техника низкого старта. Стартовый разгон. Техника спринтерского бега. Специальные беговые упражнения. Эстафетный бег, передача эстафетной палочки. Тестирование - бег 30м. Техника прыжка в длину с 11-13 беговых шагов. Подбор разбега. Прыжок в длину с 11-13 беговых шагов. Отталкивание. Тестирование – подтягивание. Прыжок в длину с 11-13 беговых шагов. Фаза полета.

Приземление. Прыжок в длину на результат. Бег (1500м - д., 2000м-м.). Спортивная игра «Лапта».

Спортивные игры. Баскетбол – (18 часов)

Техника броска двумя руками от головы с места. Ведение мяча с пассивным сопротивлением. Техника броска двумя руками от головы с места. Личная защита. Учебная игра. Сочетание приемов ведения, остановок, бросков мяча.

Гимнастика с элементами акробатики – (18 часов)

Строевые упражнения. Техника выполнения подъема переворотом. Подъем переворотом в упор толчком двумя ногами. Подтягивания в висе. Упражнения на гимнастической скамейке. Строевые упражнения. Выполнение акробатических комбинации. Строевые упражнения. Висы. ОРУ с гимнастической палкой. Техника выполнения подъема переворотом. Подтягивание в висе. Изучение техники прыжка способом «согнув ноги». Строевые упражнения. Совершенствование техники опорного прыжка.

Лыжная подготовка – (14 часов)

ИОТ при проведении занятий по лыжной подготовке. Техника одновременного двухшажного хода. Прохождение дистанции 2 км. Техника попеременного двухшажного хода. Прохождение дистанции 3 км. Совершенствование техники изученных ходов. Игра на лыжах «Гонки с выбыванием». Техника одновременного одношажного хода (стартовый вариант). Техника одновременного бесшажного хода. Прохождение дистанции 3 км. Совершенствование техники одновременного одношажного хода (стартовый вариант).

Шахматы (35 часов)

Шахматная доска. Урок - игра. Шахматная нотация. Обозначение горизонталей, вертикалей, полей. Шахматная нотация. Обозначение шахматных фигур и терминов. Ценность шахматных фигур. Ценность фигур. Сравнительная сила фигур. Ценность шахматных фигур. Достижение материального перевеса. Ценность шахматных фигур. Способы защиты. Урок - викторина. Ценность шахматных фигур. Защита. Техника матования одинокого короля. Две ладьи против короля.

Содержание учебного предмета 9 класс (68+34ч)

Легкая атлетика – (24 часа)

Эстафетный бег, передача эстафетной палочки. Тестирование - бег 30м. Бег по дистанции (70-80м). Финиширование. Спринтерский бег. Финиширование. Эстафетный бег. Бег 60 м на результат. Техника прыжка в длину с 11-13 беговых шагов, Подбор разбега. Специальные беговые упражнения. Прыжок в длину с 11-13 беговых шагов. Отталкивание. Метание мяча. Прыжок в длину. Фаза полета. Приземление. Метание мяча.

Спортивные игры. Баскетбол, Волейбол – (18 часов).

Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Тестирование – прыжок в длину с места. Техника броска двумя руками от головы с места. Ведение мяча с пассивным сопротивлением. Передачи мяча двумя руками от груди на месте. Личная защита. Учебная игра. Сочетание приемов ведения, остановок, бросков мяча. Учебная игра. Техника броска двумя руками от головы с места с сопротивлением. Учебная игра.

Гимнастика с элементами акробатики – (12 часов)

ИОТ при проведении занятий по гимнастике. Строевые упражнения. Подъем переворотом в упор толчком двумя ногами (м.). Махом одной ногой толчком другой подъем переворотом (д.). Подтягивания в висе. Упражнения на гимнастической скамейке. Строевые упражнения. Висы. ОРУ с гимнастической палкой. Техника выполнения подъема переворотом. Подтягивание в висе. Выполнение комплекса ОРУ с мячом. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Акробатика. Техника кувырка назад, стойка ноги врозь (м.). Мост и поворот в упор на одном колене.

Лыжная подготовка – (14 часов)

ИОТ при проведении занятий по лыжной подготовке. Совершенствовать технику попеременного двухшажного хода. Совершенствовать технику одновременного двухшажного хода. Техника одновременного двухшажного хода. Прохождение дистанции 3 км. Совершенствование техники изученных ходов. Игра на лыжах «Гонки с

выбыванием». Прохождение дистанции 1 км на результат. Техника одновременного бесшажного хода. Дистанции 3 км. Совершенствование техники одновременного одношажного хода (стартовый вариант)

Шахматы (34 часа)

Блиц-шахматы. Игра с часами. Запись. Игра с часами. Шахматная нотация. Ценность шахматных фигур. Сравнительная сила фигур. Техника матования одинокого короля. Две ладьи против короля. Ферзь и ладья против короля. Достижение мата без жертвы материала. Учебные положения на мат в два хода в эндшпиле. Цугцванг. Учебные положения на мат в два хода в миттельшпиле. Шахматная комбинация. Матовые комбинации. Темы завлечения, отвлечения, блокировки.

Календарно-тематическое планирование по физической культуре для 6 класса на 2022-2023 учебный год

№	дата		Тема урока	Форма урока
	Пла н.	Фак т		
Подвижные и спортивные игры(1ч)				
1	1.09		Разучивание разминки с мячами. Футбольные упражнения. Урок - игра.	Урок - игра
Легкая атлетика(13ч)				
2	5.09		Спринтерский бег. Бег с ускорением (30 – 60 м). Круговая тренировка. Урок - конкурс	Урок - конкурс
3	8.09		Бег с ускорением Прыжок через 2 или 4 шага. Прыжок в длину с места.	Урок – демонстрация достижений
4	12.09		Спринтерский бег. Высокий старт и скоростной бег до 50 метров. Урок - соревнование.	Урок - соревнование
5	15.09		Высокий старт и скоростной бег до 50 метров.	Урок - игра
6	19.09		Эстафеты, встречная эстафета. Урок - эстафета	Урок - эстафета
7	22.09		Спринтерский бег. Встречная эстафета. Круговая тренировка.	Урок – круговая тренировка
8	26.09		Прыжки в длину с 5 – 7 шагов разбега.	Урок – демонстрация достижений
9	29.09		Прыжок через 2 или 4 шага. Урок - соревнование	Урок - соревнование
10	3.10		Прыжки с места, с разбега, многоскоки, тройной прыжок.	Урок - игра
11	10.10		Бег с изменением направления по сигналу. Прыжок в длину с разбега.	Урок - эстафета

12	12.10		Развитие координационных движений и ориентации в пространстве в строевых упражнениях. Урок - викторина.	Урок - викторина
13	17.10		Медленный бег. Контроль за развитием двигательных качеств.	Урок - игра
14	19.10		Медленный бег. Контроль за развитием двигательных качеств. Выносливость	Урок - контроль
Подвижные и спортивные игры (7ч)				
15	24.10		Броски и толчки набивных мячей. Метание на заданное расстояние.	Урок - эстафета
16	26.10		Броски и ловля мяча в парах.	Урок - игра
17	7.11		Броски мяча в парах на точность. Урок - демонстрация достижений.	Урок - демонстрация достижений.
18	9.11		Броски и ловля мяча в парах у стены.	Урок - эстафета
19	14.11		Броски и ловля мячей в парах у стены. Разучивание подвижной игры «Осада города»	Урок - викторина
20	16.11		Упражнения с мячом. Урок-игра.	Урок - игра
21			Ведение мяча. Урок - конкурс.	Урок - конкурс
Гимнастика с элементами акробатики(7ч)				
22	21.11		Гимнастика. Строевые упражнения. Инструктаж по ТБ.	Урок – круговая тренировка
23	23.11		Висы. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м), смешанные висы (д).	Урок – демонстрация достижений
24	28.11		Вис согнувшись, вис прогнувшись (м), смешанные висы(д).	Урок - соревнование
25	30.11		Висы. Строевые упражнения. Урок - игра	Урок - игра
26			Упражнения для мышц брюшного пресса на гимнастической скамейке и стенке. Подтягивания.	Урок - эстафета

27			Разучивание лазания по канату в два приема. Прыжки со скакалкой.	Урок - викторина
28			Метание набивного мяча из – за головы (сидя, стоя), назад. Урок - соревнование.	Урок - соревнование
Лыжные гонки (10ч)				
29			Построение на лыжах. Скользящий шаг. Повороты на месте вокруг пяток, вокруг носков. Урок - экскурсия.	Урок - экскурсия
30			Попеременный двухшажный ход. Передвижение по дистанции до 1км.	Урок – круговая тренировка
31			Спуск в высокой стойке. Подъем наискось «полуелочкой». Игры на лыжах.	Урок – демонстрация достижений
32			Подъем наискось «полуелочкой». Спуск в высокой стойке. Передвижение по дистанции до 1км.	Урок - соревнование
33			Подъем наискось «полуелочкой». Передвижение по дистанции до 1.5км.	Урок - игра
34			Одновременный бесшажный ход. Спуск в высокой стойке. Передвижение по дистанции до 1.5км.	Урок - эстафета
35			Совершенствование попеременного двухшажного хода. Игры на лыжах.	Урок - викторина
36			Совершенствование попеременного двухшажного хода.	Урок – круговая тренировка
37			Закрепление одновременного бесшовного хода. Разучивание техники торможения «плугом».	Урок – демонстрация достижений
38			Одновременный бесшажный ход. Передвижение на лыжах до 2 км.	Урок - соревнование

Гимнастика с элементами акробатики(11ч)				
39			Развитие гибкости. Наклон вперед из положения стоя. Урок - соревнование.	Урок - соревнование
40			Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках. Урок- демонстрация достижений.	Урок - конкурс
41			Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках. Эстафеты. Урок - игра.	Урок - игра.
42			Акробатика. Стойка на лопатках – комбинация элементов. Урок-демонстрация достижений.	Урок-демонстрация достижений.
43			Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках – комбинация элементов.	Урок - соревнование
44			Опорный прыжок. Вскок в упор присев. Акробатическая комбинация.	Урок - конкурс
45			Опорный прыжок. Развитие координационных способностей.	Урок - игра.
46			Опорный прыжок. Развитие координационных способностей. Урок- демонстрация достижений.	Урок-демонстрация достижений.
47			Опорный прыжок. ОРУ с предметами на месте.	Урок - соревнование
48			Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Урок - конкурс	Урок - конкурс
49			Развитие силовых способностей. Круговая тренировка. Урок - игра	Урок - игра.
Подвижные и спортивные игры (7ч)				
50			Упражнения с мячом. Подвижные игры	Урок - конкурс

51		Урок по волейболу.	Урок - игра.
52		Броски набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы». Подвижные игры	Урок-демонстрация достижений.
53		Упражнения с мячом. Спортивные игры	Урок - соревнование
54		Тестирование вися на время. Подвижные игры.	Урок - конкурс
55		Тестирование наклона из положения стоя. Урок - соревнование Подвижные игры.	Урок - соревнование
56		Тестирование вися на время. Контрольный урок. Подвижные игры.	Контрольный урок
Легкая атлетика (14ч)			
57		Спринтерский бег. Низкий старт. Прыжки с места и с разбега. Урок - демонстрация достижений.	Урок - демонстрация достижений.
58		Старты из различных положений. Подпрыгивание и прыжки на одной ноге.	Урок - игра
59		Спринтерский бег. Круговая тренировка. Урок - соревнование	Урок - соревнование
60		Спринтерский бег. Высокий старт и скоростной бег до 50 метров.	Урок - конкурс
61		Спринтерский бег. Встречная эстафета.	Урок - эстафета
62		Прыжки. Гладкий бег. Урок - соревнование.	Урок - соревнование
63		Прыжки. Прыжок через 2 или 4 шага.	Урок - игра
64		Прыжки. Прыжок через препятствие (с 5 -7	Урок - эстафета

			беговых шагов).	
65			Метание. Бег по пересеченной местности. Урок - соревнование.	Урок - соревнование
66			Бег с преодолением горизонтальных и вертикальных препятствий с использованием эстафетной палочки. Урок - демонстрация достижений.	Урок - демонстрация достижений.
67			Бег по пересеченной местности. Смешанное передвижение до 3000 метров – мальчики, до 2500 метров – девочки. Подвижные игры	Урок - игра
68			Бег по пересеченной местности. Разнообразные прыжки и многоскоки. Подвижные игры.	Урок - соревнование
69			Бег с преодолением горизонтальных и вертикальных препятствий. Урок- демонстрация достижений.	Урок - демонстрация достижений.
70			Смешанное передвижение до 3000 метров – мальчики, до 2500 метров – девочки. Подвижные игры.	Урок - игра

Календарно-тематическое планирование по физической культуре для 6 класса на 2022-2023 учебный год

№	дата		Тема урока	Форма урока
	План.	Факт		
Шахматы (35 ч)				
1	7.09		Игра “на мат” с первых ходов партии. Детский мат. Защита.	Урок - игра
2	14.09		Решение заданий “Поймай ладью”, “Поймай ферзя”.	Урок - викторина
3	21.09		Шахматы – это спорт. Урок- игра.	Урок - игра
4	28.09		Шахматы – наука, искусство	Урок - соревнование
5	6.10		Правила игры. Цель игры. Урок – конкурс.	Урок - конкурс
6	13.10		Понятие о плане в игре. Урок - викторина	Урок - викторина
7	19.10		Сравнительная сила фигур.	Урок - игра
8	27.10		Влияние позиции на состояние сил	Урок - соревнование
9	10.11		Ходы фигур и их особенности.	Урок - конкурс
10	17.11		Организация подвижности. Заграждение, отрезание полей.	Урок - викторина
11	24.11		Защищающая фигура. Связка. Отсутствие времени.	Урок - игра
12	1.12		Форсирующие ходы. Шах. Двойной удар. Урок- игра.	Урок - соревнование
13			Взятие. Превращение пешек. Угроза.	Урок - конкурс
14			Взаимодействие фигур. Урок - викторина	Урок - викторина
15			Нападение на незащищенного короля.	Урок - игра
16			Централизация. Концентрация сил против важного пункта.	Урок - соревнование
17			Прорыв пешечной позиции. Выигрыш темпа и цугцванг.	Урок - конкурс
18			Противодействие планам противника.	Урок - викторина
19			Техника расчета. Урок - игра.	Урок - игра

20		Правило квадрата. Урок - соревнование	Урок - соревнование
21		Подсчет ходов. Урок - конкурс	Урок - конкурс
22		Подсчет количества ударов.	Урок - викторина
23		«Блуждающий квадрат»	Урок - игра
24		Критические поля проходной пешки.	Урок - соревнование
25		Критические поля заблокированной пешки.	Урок - конкурс
26		Поля соответствия.	Урок - викторина
27		Мотивы и идея комбинации.	Урок - игра
28		Виды комбинаций и их особенности.	Урок - соревнование
29		Техника комбинаций. Урок- игра.	Урок - конкурс
30		Позиция. Слабые пункты.	Урок - викторина
31		Слабости временные и постоянные.	Урок - игра
32		Центр (пешечный и фигурный).	Урок - соревнование
33		Позиция и сила фигур. Два слона.	Урок - конкурс
34		Оценка позиции.	Урок - викторина
35		Дебют и его задачи. Итоговое занятие.	Урок - игра

Календарно-тематическое планирование по физической культуре для 7 класса на 2022-2023 учебный год

№ п/ п	Дата		Тема урока	Форма урока
	План.	Факт		
Легкая атлетика – 10 часов				
1	1.09		Лёгкая атлетика как вид спорта. Техника безопасности на уроках по легкой атлетике. Урок - игра	Урок - игра
2	2.09		Спринтерский бег. Низкий старт.	Урок - соревнование
3	8.09		Спринтерский бег. Бег с ускорением до 60 м.	Урок - конкурс
4	9.09		Бег на средние дистанции. Высокий старт. Бег на 1500м. Урок - викторина	Урок - викторина
5	15.09		Спринтерский бег. Скоростной бег до 60 м	Урок - здоровье
6	16.09		Прыжок в длину с разбега способом «согнут ноги».	Урок – демонстрация достижений
7	22.09		Прыжки в длину с разбега. Подбор разбега, отталкивание.	Урок - игра
8	23.09		Метание мяча 150г на дальность с 5 X 6 шагов разбега. Урок - соревнование	Урок - соревнование
9	29.09		Метание мяча 150г на дальность с разбега.	Урок - конкурс
10	30.09		Бег с преодолением препятствий. Прыжки в длину.	Урок - викторина
Технические приемы игры в баскетбол – 10 часов				

11	6.10		Правила игры в баскетбол. Стойки в баскетболе. Урок - игра	Урок - игра
12	7.10		Перемещения в баскетболе.	Урок - соревнование
13	13.10		Учебная игра в мини-баскетбол. Урок - конкурс	Урок - конкурс
14	14.10		Ловля и передача мяча двумя руками, одной рукой. Урок - викторина	Урок - викторина
15	20.10		Передача мяча в движении.	Урок - здоровье
16	21.10		Техника ведение мяча. Урок – демонстрация достижений	Урок – демонстрация достижений
17	27.10		Броски мяча в кольцо.	Урок - конкурс
18	28.10		Броски в кольцо. Учебная игра «Стритбол».	Урок - викторина
19	10.11		Штрафные броски в кольцо. Урок - здоровье	Урок - здоровье
20	11.11		Ведение мяча с последующим броском в кольцо.	Урок – демонстрация достижений
Гимнастика-16часов.				
21	17.11		Гимнастика как вид спорта. Строевые упражнения.	Урок - игра
22	18.11		Упражнения с гимнастическими палками. Урок - соревнование	Урок - соревнование
23	24.11		Разучивание развивающих упражнений по станциям. Урок - викторина	Урок - конкурс
24	25.11		Комплексы упражнений для формирования	Урок - викторина

			стройной фигуры.	
25			Акробатика. Разучивание комплекса из 7 упражнений.	Урок - здоровье
26			Акробатика. Акробатические упражнения и комбинации. Урок – демонстрация достижений	Урок – демонстрация достижений
27			Акробатика. Техника переворота в сторону «колесо». Урок - игра	Урок - игра
28			Опорный прыжок через спортивного козла «согнув ноги».	Урок - соревнование
29			Опорный прыжок.	Урок - конкурс
30			Акробатические упражнения и комбинации.	Урок - викторина
31			Висы. Подтягивание на перекладине. Урок - здоровье	Урок - здоровье
32			Упражнения на развитие силовых качеств с собственным весом.	Урок – демонстрация достижений
33			Лазание по канату. Урок - игра	Урок - игра
34			Акробатика. Зачет.	Урок - соревнование
35			Зачет. Опорный прыжок ч-з козел в ширину.	Урок - конкурс
36			Гимнастическая полоса препятствий.	Урок - викторина
Лыжная подготовка 15 часов.				
37			Техника безопасности при занятии лыжной подготовкой. Лыжные гонки как вид спорта. Урок - игра	Урок - игра

38			Закрепление техники попеременного двухшажного хода.	Урок - соревнование
39			Прохождение дистанции 2,5 км. Игра на лыжах «Гонки с преследованием». Урок - конкурс	Урок - конкурс
40			Закрепление техники поворота переступанием.	Урок - викторина
41			Закрепление техники одновременного безшажного хода.	Урок - здоровье
42			Разучивание подвижной игры на лыжах «Эстафета с передачей палок». Урок – демонстрация достижений	Урок – демонстрация достижений
43			Освоение техники одновременного безшажного хода.	Урок - игра
44			Закрепление техники одновременного двухшажного хода.	Урок - соревнование
45			Прохождение дистанции 3 км.	Урок - конкурс
46			Подъем скользящим шагом.	Урок - викторина
47			Техника преодоления бугров и впадин при спуске с горки. Урок - здоровье	Урок - здоровье
48			Торможение «плугом».	Урок – демонстрация достижений
49			Спуск в основной, низкой и высокой стойке. Урок - игра	Урок - игра
50			Закрепление техники лыжных ходов.	Урок - соревнование

51			Прохождение дистанции 4 км.	Урок - конкурс
Технические приемы игры в волейбол 7 часов.				
52			Т.Б. на уроках волейбола. Правила игры. Передача мяча сверху.	Урок - игра
53			Передача мяча двумя руками сверху. Урок - соревнование	Урок - соревнование
54			Перемещения и остановки в стойке.	Урок - конкурс
55			Перемещения в стойке (боком, лицом и спиной вперёд). Урок - викторина	Урок - викторина
56			Передача мяча двумя руками сверху вперёд и над собой на месте и после перемещения.	Урок - здоровье
57			Встречные эстафеты. Нижняя прямая подача.	Урок - соревнование
58			Нижняя прямая подача. Приём мяча двумя руками снизу (зачет). Урок - конкурс	Урок - конкурс
Легкая атлетика – 12часов.				
59			Техника безопасности при выполнении легко-атлетических упражнений. Тест: «Прыжок в длину с места». Урок - тест	Урок - тест
60			Спринтерский бег. Тест «Определение гибкости».	Урок - соревнование
61			«Поднимание туловища из положения лежа за 30 сек.»	Урок - конкурс
62			Бег на длинные дистанции.	Урок - викторина

63			Прыжки в высоту с разбега. Тест.	Урок - здоровье
64			Прыжки в длину с разбега. Тест. Урок - игра	Урок - игра
65			Бросок набивного мяча.	Урок - соревнование
66			Прыжки в высоту с разбега. Зачет. Урок - конкурс	Урок - конкурс
67			Закрепление техники метания малого мяча.	Урок - викторина
68			Метание малого мяча.	Урок - здоровье
69			Спринтерский бег. Бег 3x10м.	Урок - соревнование
70			Подведение итогов за учебный год. Урок - конкурс	Урок - конкурс

Календарно-тематическое планирование по физической культуре для 7 класса на 2022-2023 учебный год

№	дата		Тема урока	Форма урока
	План.	Факт		
Шахматы (35 ч)				
1	5.09		Организационный момент. Знакомство. Урок - игра	Урок - игра
2	12.09		Повторение материала изученного за год.	Урок - викторина
3	19.09		Разбор дебютов. Урок - конкурс	Урок - конкурс
4	26.09		Три правила дебюта.	Урок - соревнование
5	3.10		Нападение и защита. Размен. Урок - игра	Урок - игра
6	10.10		«Силовые» методы в шахматах.	Урок - викторина
7	17.10		Активность – важнейший принцип игры шахмат.	Урок - конкурс
8	24.10		Основные цели дебюта.	Урок - соревнование
9	7.11		Как разыгрывать дебют.	Урок - игра
10	14.11		Дебютные ловушки.	Урок - викторина
11	21.11		Расположение пешек и пешечные слабости.	Урок - конкурс
12	28.11		Три стадии шахматной партии. Урок - соревнование	Урок - соревнование
13			Стратегические цели.	Урок - игра
14			Быстрое развитие фигур.	Урок - викторина
15			Направленная борьба за центр. Урок - конкурс	Урок - конкурс

16		Классификация дебютов.	Урок - соревнование
17		Дебют четырех коней.	Урок - игра
18		Шотланская партия. Урок - викторина	Урок - викторина
19		Защита Каро-Канн.	Урок - конкурс
29		Ферзевой Гамбит.	Урок - соревнование
21		Тренировочные партии.	Урок - игра
22		Учебные партии с 1 по 11.	Урок - викторина
23		Развитие фигур.	Урок - конкурс
24		Владение открытыми линиями. Урок - соревнование	Урок - соревнование
25		Слабые и сильные поля.	Урок - игра
26		Ослабление позиции короля. Урок - викторина	Урок - викторина
27		Контрольные упражнения.	Урок - конкурс
28		Как не надо и как надо атаковать короля.	Урок - соревнование
29		Атака на слабый пункт f7 f2.	Урок - игра
30		Атака на не рокированного короля.	Урок - викторина
31		Не рокируй под атаку. Урок - конкурс	Урок - конкурс
32		Атака при односторонних рокировках.	Урок - соревнование
33		Расположение пешек после рокировки. Урок - игра	Урок - игра
34		Фигурная атака.	Урок - викторина

35		Атака по слабым полям. Итоговое занятие. Подведение итогов.	Урок - конкурс
----	--	--	----------------

Календарно-тематическое планирование по физической культуре для 8 класса на 2022-2023 учебный год

№ п/п	Дата		Тема урока	Форма урока
	Пл ан.	Факт.		
Легкая атлетика (12 часов)				
1	3.09		Т.Б. на занятиях по легкой атлетике. Техника низкого старта. Стартовый разгон.	<i>Урок- демонстрация достижений.</i>
2	5.09		Техника спринтерского бега. Специальные беговые упражнения.	<i>Урок- демонстрация достижений.</i>
3	10.09		Эстафетный бег, передача эстафетной палочки. Тестирование - бег 30м.	
4	12.09		Бег по дистанции (70-80м). Финиширование.	<i>текущий Контрольный урок.</i>
5	17.09		Спринтерский бег. Финиширование. Эстафетный бег.	текущий
6	19.09		Бег 60 м. на результат. Специальные беговые упражнения.	зачет
7	24.09		Техника прыжка в длину с 11-13 беговых шагов. Подбор разбега.	текущий

8	26.0 9		Прыжок в длину с 11-13 беговых шагов. Отталкивание. Тестирование – подтягивание.	тест
9	1.10		Прыжок в длину с 11-13 беговых шагов. Фаза полета. Приземление.	текущий
10	3.10		Прыжок в длину на результат. <i>Контрольный урок.</i>	зачет
11	8.10		Тестирование – бег (1000м). Специальные беговые упражнения.	тест
12	10.1 0		Бег (1500м - д., 2000м-м.). Спортивная игра «Лапта». <i>Урок- демонстрация достижений.</i>	текущий
Спортивные игры. Баскетбол – 9ч.				
13	15.1 0		Т.Б. на занятиях по спортивным играм. Тестирование – прыжок в длину с места. <i>Урок- демонстрация достижений.</i>	тест
14	17.1 0		Техника броска двумя руками от головы с места.	текущий
15	22.1 0		Ведение мяча с пассивным сопротивлением.	текущий
16	24.1 0		Техника броска двумя руками от головы с места.	текущий
17	29.1 0		Личная защита. Учебная игра. <i>Урок – игра.</i>	текущий

18	7.11		Сочетание приемов ведения, остановок, бросков мяча.	текущий
19	12.1 1		Техника броска двумя руками от головы с места с сопротивлением. <i>Урок- демонстрация достижений.</i>	зачет
20	14.1 1		Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Личная защита.	текущий
21			Правила соблюдения личной гигиены во время и после занятий физическими упражнениями.	тематический
Гимнастика с элементами акробатики – 18 ч.				
22	26.11		Строевые упражнения. Техника выполнения подъема переворотом. <i>Урок- демонстрация достижений.</i>	тест
23	28.11		Подъем переворотом в упор толчком двумя ногами.	текущий
24			Подтягивания в висе. Упражнения на гимнастической скамейке.	текущий
25	1.12		Строевые упражнения. Выполнение акробатических комбинации.	текущий
26	7.12		Строевые упражнения. Висы. ОРУ с гимнастической палкой.	текущий
27	8.12		Техника выполнения подъема переворотом. Подтягивание в висе.	текущий
28	14.12		Изучение техники прыжка способом «согнув ноги».	текущий
29	15.12		Строевые упражнения. Совершенствование техники опорного прыжка.	текущий

30	21.12		Опорный прыжок. ОРУ с мячами.	текущий
31	22.12		Опорный прыжок. Эстафеты.	текущий
32	28.12		Выполнение комплекса ОРУ с мячом. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	текущий
33	29.12		Оценка техники опорного прыжка. Эстафеты. <i>Контрольный урок.</i>	зачет
34			Акробатика. Техника кувырка назад, стойка ноги врозь.	текущий
35			Техника выполнения длинного кувырка (м.). Мост (д.)	текущий
36			Комбинации из разученных акробатических элементов. ОРУ с мячом.	текущий
37			Комбинации из разученных акробатических элементов. Лазание.	текущий
38			Преодоление гимнастической полосы препятствий. <i>Урок-демонстрация достижений.</i>	тест
39			Выполнение на оценку акробатических элементов. <i>Контрольный урок.</i>	зачет
Лыжная подготовка – 14 ч.				
40			ИОТ при проведении занятий по лыжной подготовке.	тест
41			Техника одновременного двухшажного хода. Прохождение дистанции 2 км.	текущий
42			Техника попеременного двухшажного хода. Прохождение дистанции 3 км.	текущий
43			Совершенствование техники изученных ходов. Игра на	текущий

		лыжах «Гонки с выбыванием». <i>Урок – соревнование.</i>	
44		Техника одновременного одношажного хода (стартовый вариант). <i>Урок- демонстрация достижений.</i>	зачет
45		Техника одновременного бесшажного хода. Прохождение дистанции 3 км.	текущий
46		Совершенствование техники одновременного одношажного хода (стартовый вариант).	текущий
47		Оценка техники одновременного одношажного хода. Игра на лыжах «Как по часам». <i>Контрольный урок.</i>	зачет
48		Совершенствование техники скользящего шага при подъеме в гору.	текущий
49		Техника спусков и подъемов на склонах. Игра «С горки на горку». <i>Урок – игра.</i>	текущий
50		Прохождение дистанции 2 км на результат. Техника торможения и поворота «плугом». <i>Контрольный урок.</i>	зачет
51		Техника спусков и подъемов на склонах. Игра «Спуск вдвоем». <i>Урок – игра.</i>	текущий
52		Совершенствование техники спусков и подъемов.	текущий
53		Применение техники изученных классических ходов в зависимости от рельефа местности. <i>Урок- демонстрация достижений.</i>	итоговый

Спортивные игры. Баскетбол – 3ч				
54			Баскетбол. Передача мяча двумя руками от груди в движении.	тест
55			Сочетание приемов ведения и передач мяча с сопротивлением.	текущий
56			Оценка техники броска одной рукой от плеча с места. <i>Контрольный урок.</i>	зачет
Спортивные игры. Волейбол – 6 ч.				
57			ИОТ при проведении занятий по волейболу. Стойки и передвижения игрока.	тест
58			Техника приема и передачи мяча над собой во встречных колоннах.	текущий
59			Техника нижней прямой подачи, прием подачи.	текущий
60			Техника передачи мяча над собой во встречных колоннах через сетку.	текущий
61			Оценка техники передачи мяча над собой во встречных колоннах через сетку. <i>Контрольный урок.</i>	Итоговый
62			Техника прямого нападающего удара после подбрасывания мяча партнером. <i>Урок- демонстрация достижений.</i>	текущий
Легкая атлетика – 8 ч.				
63			ИОТ при проведении занятий по легкой атлетике. Техника спринтерского бега.	текущий

64		Техника низкого старта. Эстафетный бег (круговая эстафета). <i>Урок- демонстрация достижений.</i>	текущий
65		Бег по дистанции (70-80м), Финиширование. Тестирование - бег 30м. <i>Контрольный урок.</i>	тест
66		Техника спринтерского бега. Специальные беговые упражнения. <i>Урок- демонстрация достижений.</i>	текущий
67		Бег на результат (60м). Специальные беговые упражнения. <i>Контрольный урок.</i>	зачет
68		Техника прыжка в высоту с 11-13 беговых шагов. Отталкивание. Метание мяча на дальность. <i>Урок- демонстрация достижений.</i>	текущий
68		Метание мяча (150 г) на дальность с 5-6 шагов. Тестирование – бег (1000м). <i>Контрольный урок.</i>	тематический
70		Оценка метания мяча (150 г) на дальность с 5-6 шагов. Подведение итогов. <i>Контрольный урок.</i>	Итоговый

Календарно-тематическое планирование по физической культуре для 8 класса на 2022-2023 учебный год

№	дата		Тема урока	Форма урока
	План.	Фа кт		
Шахматы (35 ч)				
1	6.09		Шахматная доска. Урок - игра.	Урок - игра
2	13.09		Шахматная нотация. Обозначение горизонталей, вертикалей, полей.	Урок - викторина
3	20.09		Шахматная нотация. Обозначение шахматных фигур и терминов.	Урок - конкурс
4	27.09		Ценность шахматных фигур. Ценность фигур. Сравнительная сила фигур.	Урок - соревнование
5	4.10		Ценность шахматных фигур. Достижение материального перевеса.	Урок - игра
6	11.10		Ценность шахматных фигур. Способы защиты. Урок - викторина.	Урок - викторина
7	18.10		Ценность шахматных фигур. Защита. Урок - конкурс	Урок - конкурс
8	25.10		Техника матования одинокого короля. Две ладьи против короля.	Урок -соревнование
9	8.11		Техника матования одинокого короля. Ферзь и ладья против короля.	Урок - игра
10	15.11		Техника матования одинокого короля. Ферзь и король против короля.	Урок - викторина
11	22.11		Техника матования одинокого короля. Ладья и король против короля.	Урок - конкурс
12	29.11		Достижение мата без жертвы материала. Учебные положения на мат в два хода в эндшпиле.	Урок -соревнование
13			Достижение мата без жертвы	Урок - игра

		материала. Учебные положения на мат в два хода в миттельшпиле.	
14		Достижение мата без жертвы материала. Учебные положения на мат в два хода в дебюте.	Урок - викторина
15		Матовые комбинации. Темы комбинаций. Тема отвлечения. Урок – конкурс.	Урок - конкурс
16		Матовые комбинации. Тема завлечения. Урок – соревнование	Урок - соревнование
17		Матовые комбинации. Тема блокировки. Урок – игра.	Урок - игра
18		Матовые комбинации. Тема разрушения королевского прикрытия.	Урок - викторина
19		Матовые комбинации. Тема освобождения пространства Тема уничтожения защиты. Тема «рентгена».	Урок - конкурс
20		Матовые комбинации. Другие шахматные комбинации и сочетание приемов.	Урок -соревнование
21		Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Тема отвлечения. Тема завлечения.	Урок - игра
22		Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Тема уничтожения защиты. Тема связки.	Урок - викторина
23		Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Тема освобождения пространства Тема перекрытия.	Урок - конкурс

24		Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Тема превращения пешки.	Урок - соревнование
25		Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Сочетание тактических приемов.	Урок - игра
26		Комбинации для достижения ничьей. Патовые комбинации. Урок – викторина	Урок - викторина
27		Комбинации для достижения ничьей. Комбинации на вечный шах.	Урок - конкурс
28		Типичные комбинации в дебюте. Урок - соревнование	Урок - соревнование
29		Типичные комбинации в дебюте (более сложные примеры).	Урок - игра
30		Решение задания “Мат в 1 ход”. Урок - викторина	Урок - викторина
31		Невыгодность раннего ввода в игру ладей и ферзя.	Урок - конкурс
32		Решение заданий “Поймай ладью”, “Поймай ферзя”.	Урок -соревнование
33		Игра “на мат” с первых ходов партии. Детский мат. Защита.	. Урок - конкурс
34		Вариации на тему детского мата. Другие угрозы быстрого мата в дебюте. Защита. Как отражать скороспелый дебютный наскок противника.	Урок - игра
35		Повторение программного материала.	Контрольный урок

Календарно-тематическое планирование по физической культуре для 9 класса на 2022-2023 учебный год

№ п/ п	Дата		Тема урока	Форма урока
	План .	Фак т.		
Легкая атлетика – 12 часов				
1	1.09		Техника низкого старта. Стартовый разгон.	Урок - игра
2	3.09		Техника спринтерского бега. Специальные беговые упражнения.	Комплексный
3	8.09		Эстафетный бег, передача эстафетной палочки. Тестирование - бег 30м.	Комплексный
4	10.09		Бег по дистанции (70-80м). Финиширование.	Комплексный
5	15.09		Спринтерский бег. Финиширование. Эстафетный бег.	Комплексный
6	17.09		Бег 60 м на результат. Специальные беговые упражнения.	Комплексный
7	22.09		Техника прыжка в длину с 11-13 беговых шагов, Подбор разбега.	Комплексный
8	24.09		Прыжок в длину с 11-13 беговых шагов. Отталкивание. Метание мяча.	Комплексный
9	29.09		Прыжок в длину. Фаза полета. Приземление. Метание мяча.	Комплексный
10	01.10		Прыжок в длину на результат.	Контрольный
11	6.10		Тестирование – бег (1000м). Специальные беговые упражнения	Контрольный

12	8.10		Бег (1500м - д., 2000м-м.). Спортивная игра «Лепта».	Комплексный
Спортивные игры. Баскетбол – 9ч.				
13	13.10		Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Тестирование – прыжок в длину с места.	Комплексный
14	15.10		Техника броска двумя руками от головы с места.	Комплексный
15	20.10		Ведение мяча с пассивным сопротивлением.	Комплексный
16	22.10		Передачи мяча двумя руками от груди на месте.	Комплексный
17	27.10		Личная защита. Учебная игра.	Комплексный
18	29.10		Сочетание приемов ведения, остановок, бросков мяча. Учебная игра.	Комплексный
19			Техника броска двумя руками от головы с места с сопротивлением. Учебная игра.	Комплексный
20			Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Личная защита.	Комплексный
21			Правила соблюдения личной гигиены во время и после занятий физическими упражнениями	Комплексный
Гимнастика с элементами акробатики – 12ч				
22			ИОТ при проведении занятий по гимнастике. Строевые упражнения.	Комплексный
23			Подъем переворотом в упор толчком двумя ногами (м.). Махом одной ногой толчком другой подъем переворотом (д.).	Комплексный
24			Подтягивания в висе. Упражнения на гимнастической скамейке.	Комплексный

25		Строевые упражнения. Висы. ОРУ с гимнастической палкой.	Комплексный
26		Техника выполнения подъема переворотом. Подтягивание в висе.	Комплексный
27		Выполнение комплекса ОРУ с мячом. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	Комплексный
28		Акробатика. Техника кувырка назад, стойка ноги врозь (м.). Мост и поворот в упор на одном колене.	Комплексный
29		Лазание по канату в два-три приема. Техника выполнения длинного кувырка (м.). Мост (д.)	Комплексный
30		Комбинации из разученных акробатических элементов. ОРУ с мячом.	Комплексный
31		Комбинации из разученных акробатических элементов. Лазание.	Комплексный
32		Преодоление гимнастической полосы препятствий.	Комплексный
33		Комбинации из разученных акробатических элементов. Лазание.	Контрольный
Лыжная подготовка – 14ч			
34		ИОТ при проведении занятий по лыжной подготовке.	Комплексный
35		Совершенствовать технику попеременного двухшажного хода.	Комплексный
36		Совершенствовать технику одновременного двухшажного хода.	Комплексный
37		Техника одновременного двухшажного хода. Прохождение дистанции 3 км.	Комплексный
38		Совершенствование техники изученных ходов. Игра на лыжах «Гонки с выбыванием».	Комплексный

39			Прохождение дистанции 1 км на результат.	Комплексный
40			Техника одновременного бесшажного хода. Дистанции 3 км.	Комплексный
41			Совершенствование техники одновременного одношажного хода (стартовый вариант).	Контрольный
42			Оценка техники одновременного одношажного хода. Игра на лыжах «Как по часам».	Контрольный.
43			Совершенствование техники скользящего шага при подъеме в гору.	Комплексный
44			Техника спусков и подъемов на склонах. Игра «С горки на горку».	Контрольный
45			Техника торможения и поворота «плугом».	Комплексный
46			Применение техники изученных классических ходов в зависимости от рельефа местности.	Комплексный
47			Совершенствование техники скользящего шага при подъеме в гору. Прохождение дистанции 2-3км. на результат.	Контрольный.
Спортивные игры. Баскетбол – 3ч				
48			Баскетбол. Техника броска одной рукой от плеча с места. Учебная игра.	Комплексный
49			Сочетание приемов ведения и передач мяча с пассивным сопротивлением.	Комплексный
50			Сочетание приемов ведения и передач мяча с сопротивлением. Личная защита.	

Спортивные игры. Волейбол – 6 ч

51		ИОТ при проведении занятий по волейболу. Стойки и передвижения игрока.	Комплексный
52		Техника приема и передачи мяча над собой во встречных колоннах.	Комплексный
53		Техника нижней прямой подачи, прием подачи. Игра по упрощенным правилам.	Комплексный
54		Техника передачи мяча над собой во встречных колоннах через сетку. Нижняя прямая подача, прием подачи.	Комплексный
55		Оценка техники передачи мяча над собой во встречных колоннах через сетку.	Контрольный
56		Техника прямого нападающего удара после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	Комплексный

Легкая атлетика - 12ч

57		ИОТ при проведении занятий по легкой атлетике. Техника спринтерского бега.	Комплексный
58		Техника низкого старта. Эстафетный бег (круговая эстафета).	Комплексный
59		Бег по дистанции (70-80м), Финиширование. Тестирование - бег 30м.	Комплексный
60		Техника спринтерского бега. Специальные беговые упражнения.	Комплексный
61		Бег на результат (60м). Специальные беговые упражнения.	Комплексный
62		Техника прыжка в высоту с 11-13 беговых шагов. Отталкивание.	Комплексный

			Метание мяча на дальность.	
63			Метание мяча (150 г) на дальность с 5-6 шагов. Тестирование – бег (1000м).	Комплексный
64			Прыжки в длину с разбега. Тест.	совершенствования.
65			Эстафетный бег, передача эстафетной палочки. Тестирование - бег 30м.	Комплексный
66			Бег (1500м - д., 2000м-м.). Спортивная игра «Лапта».	Комплексный
67			Прыжок в длину с 11-13 беговых шагов. Фаза полета. Приземление. Метание мяча.	Комплексный
68			Прыжок в длину на результат.	Контрольный
			Оценка метания мяча (150 г) на дальность с 5-6 шагов. Подведение итогов.	Итоговый

Календарно-тематическое планирование по физической культуре для 9 класса на 2022-2023 учебный год

№	дата		Тема урока	Форма урока
	План.	Факт		
Шахматы (34 ч)				
1			Повторение, изученного в прошлом году.	Урок - игра
2			Краткая история шахмат.	Урок - викторина
3			Шахматная нотация. Краткая и полная шахматная нотация..	Урок - конкурс
4			Блиц-шахматы. Игра с часами Запись.	Урок - соревнование
5			Игра с часами. Шахматная нотация.	Урок - игра
6			Ценность шахматных фигур.	Урок - викторина
7			Сравнительная сила фигур.	Урок - конкурс
8			Техника матования одинокого короля. Две ладьи против короля	Урок -соревнование
9			Ферзь и ладья против короля.	Урок - игра
10			Достижение мата без жертвы материала.	Урок - викторина
11			Учебные положения на мат в два хода в эндшпиле. Цугцванг.	Урок - конкурс
12			Учебные положения на мат в два хода в миттельшпиле.	Урок -соревнование
13			Шахматная комбинация. Матовые комбинация.	Урок - игра
14			Темы завлечения, отвлечения, блокировки.	Урок - викторина
15			Понятие о шахе. Способы защиты от шаха. Открытый и двойной шахи.	Урок - конкурс

16		Техника матования одинокого короля. Что такое эндшпиль, миттельшпиль.	Урок - соревнование
17		Что такое эндшпиль, миттельшпиль. Как правильно построить игру?	Урок - игра
18		Слабость крайней горизонтали, двойной удар. Сквозное действие фигур (рентген).. комбинаций.	Урок - викторина
19		Открытое нападение, связка, виды связки и защита от нее.	Урок - конкурс
20		Завлечение, отвлечение, разрушение пешечного прикрытия короля, освобождение пространства, уничтожение защиты.	Урок -соревнование
21		Перегрузка. Комбинаторика в шахматах. Понятие о комбинации.	Урок - игра
22		Комбинации на мат и на достижение материального перевеса	Урок - викторина
23		Мельница как алгоритм с циклами. Эстетика шахматных	Урок - конкурс
24		Матовые комбинации. Тема завлечения. Урок – соревнование	Урок - соревнование
25		Матовые комбинации. Тема блокировки. Урок – игра.	Урок - игра
26		Матовые комбинации. Тема разрушения королевского прикрытия.	Урок - викторина
27		Матовые комбинации. Тема освобождения пространства	Урок - конкурс
28		Матовые комбинации. Другие шахматные комбинации и сочетание приемов.	Урок - соревнование

29		Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса.	Урок - игра
30		Тема отвлечения. Тема завлечения.	Урок - викторина
31		Тема уничтожения защиты. Тема «рентгена».	Урок - конкурс
32		Матовые комбинации. Тема освобождения пространства	Урок -соревнование
33		Повторение. Закрепление изученного в соревновательной практике	. Урок - конкурс
34		Повторение. Закрепление изученного в соревновательной практике. Соревнования.	Урок - игра

Учебно-методические средства обучения Литература

Основная

Комплексная программа физического воспитания учащихся./ авт.: В.И. Лях, А.А. Физическая культура 1-11классы: комплексная программа физического воспитания учащихся. В.И. Лях, А.А. Зданевич / авт.-сост.: А.Н. Каинов, Г.И. Курьерова – Волгоград: Учитель, 2010.

Зданевич – Москва: «Просвещение» 2011.

Дополнительная

Методическое пособие/авт.-сост.: П.А. Киселёв С.Б. Киселёва – М.: Глобус,2008.

Настольная книга учителя физической культуры: подготовка школьников к олимпиадам.

Начинающему учителю физической культуры/авт.: М.В. Видякин-Волгоград: Учитель, 2004.

Справочник учителя физической культуры/ авт.-сост.: П.А. Киселёв С.Б. Киселёва – Волгоград: Учитель, 2010.

Физическая культура 5-7 классы: учебник для общеобразовательных организаций/ (М. Я. Виленский, И. М. Туревский, Т. Ю. Торочкова и др.); под ред. М. Я. Виленского.- 3-е изд.- М.: Просвещение, 2014. – 239с.: - ISBN 978-5-09-032118-1

Технические средства обучения (ТСО)

Музыкальный центр; ПК.

Учебно – практическое оборудование:

- козел гимнастический;
- мостик гимнастический;
- стенка гимнастическая;
- скамейка гимнастическая жёсткая (2 м);
- комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты);
- мячи: набивной 1 и 2 кг, мяч малый (мягкий), мячи баскетбольные, волейбольные, футбольные;
- палки гимнастические;
- скакалки детские;
- маты гимнастические;
- коврики: гимнастические, массажные;
- кегли;
- обручи пластиковые детские;
- планка для прыжков в высоту;
- стойка для прыжков в высоту;
- флажки: разметочные с опорой, стартовые;
- лента финишная.

