

РАССМОТРЕНО:
на заседании МО
протокол № ____
_____ Азимова А.Ф.
«30» августа 2022г

СОГЛАСОВАНО:
Заместитель директора
по УВР
_____ Щербинина О.А.
«05» сентября 2022г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы-
гимназии № 4
_____ Шоңкочева Г.Т.
«07» сентября 2022г

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ уроков по **физическому воспитанию 7 класс**

Количество часов по программе в год: **68** часов- Iч.-18; IIч.-14; IIIч.-20; IVч.-16

КОЛИЧЕСТВО И ФОРМЫ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ УЧАЩИХСЯ

Вид работы	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	год
Легкая атлетика\кроссовая подготовка					
баскетбол					
Волейбол\гимнастика					
Кроссовая подг\л\атлетика					

Тематическое планирование по физическому воспитанию для 7 классов составлено в соответствии с требованиями Программы МОН КР для общеобразовательных организаций V-XI классы. Бишкек 20__ г.

Составители программы: _____

Базовый учебник: _____.

Дополнительная литература: _____

Учитель: Тищенко И.А

Календарно-тематическое планирование по ФВ для 7-х классов 1 четверть ШГ №4. Учитель: Тищенко И.А.

№ урока	Тема урока	К-во ч. план	Класс	День недели	Дата проведения		Тип, вид урока	Домашнее задание.	Примечание
					План	Факт			
	Легкая атлетика, кроссовая подготовка. Овладение техникой спринтерского бега								
1	Разучивание техники спринтерского бега Высокий старт, бег на отрезках 10-15 м (со старта, сходу)			1неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				1неделя					
				1неделя					
				1неделя					
				1неделя					
2	Совершенствование техники спринтерского бега Бег на отрезках 30-40 м с ускорением. Скоростной бег на отрезках до 40 м			1неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				1неделя					
				1неделя					
				1неделя					
				1неделя					
3	Выполнение норматива бег 60м с высокого старта			2неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				2неделя					
				2неделя					
				2неделя					
				2неделя					
	Овладение техникой прыжка в длину способом «согнув ноги»								
4	Разучивание техники прыжка в длину с разбега Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега.			2неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				2неделя					
				2неделя					
				2неделя					
				2неделя					
5	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега			3неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				3неделя					
				3неделя					
				3неделя					
				3неделя					
6	Выполнение техники норматива прыжка в длину Прыжок с места на результат			3неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				3неделя					
				3неделя					
				3неделя					
				3неделя					
	Овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность								
7	Разучивание метания малого мяча на дальность			4неделя			Урок изучения	Утренняя зарядка,	

	Метание малых мячей в горизонтальные и вертикальные цели с расстояния 8-10 м			4неделя			нового материала.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				4неделя					
				4неделя					
				4неделя					

8	Совершенствование метания малого мяча на дальность Метание малых мячей на дальность с трех шагов разбега			4неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				4неделя					
				4неделя					
				4неделя					
				4неделя					
9	Выполнение техники норматива на дальность Метание малого мяча на результат			5неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				5неделя					
				5неделя					
				5неделя					
				5неделя					
Овладение техникой длительного бега									
10	Разучивание техникой длительного бега Бег с умеренной интенсивностью до 10-12 мин (мальчики) 8 минут (девочки)			5неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				5неделя					
				5неделя					
				5неделя					
				5неделя					
11	Совершенствование техникой длительного бега Бег на 1000 м			6неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				6неделя					
				6неделя					
				6неделя					
				6неделя					
12	Выполнение норматива бега 1000 м			6неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				6неделя					
				6неделя					
				6неделя					
				6неделя					
Овладение техникой прыжка в высоту способом перешагивания									

13	Разучивание техники прыжка в высоту Прыжки в высоту с 3-5 шагов разбега			7неделя			Урок изучения нового материала	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания.	
				7неделя					
				7неделя					
				7неделя					

				7неделя				Бег 500-1000 м	
14	Совершенствование техники прыжка в высоту Прыжки в высоту с 3-5шагов разбега			7неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				7неделя					
				7неделя					
				7неделя					
				7неделя					
15	Выполнение норматива на технику прыжка в высоту Прыжки в высоту способом перешагивания на результат			8неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				8неделя					
				8неделя					
				8неделя					
				8неделя					
	Овладение техникой бега кроссовой подготовки								
16	Разучивание техники бега кроссовой дистанции Бег на 300м			8неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				8неделя					
				8неделя					
				8неделя					
				8неделя					
17	Совершенствование техники бега кроссовой дистанции Бег на 500м			9неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				9неделя					
				9неделя					
				9неделя					
				9неделя					
18	Выполнение техники норматива кроссовой дистанции			9неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				9неделя					
				9неделя					
				9неделя					
				9неделя					

Календарно-тематическое планирование по ФВ для 7-х классов 2 четверть ШГ №4. Учитель: Тищенко И.А.

№ урока	Тема урока	К-во ч. план	Класс	День недели	Дата проведения		Тип, вид урока	Домашнее задание.	Примечание
					План	Факт			
	Баскетбол. Овладение техники передвижения остановок, поворотов и стоек								
1	Разучивание техники передвижение остановок, поворотов и стоек Стойка игрока: перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед; остановка двумя шагами и прыжком; повороты с мячом и без мяча;			10неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				10неделя					
				10неделя					
				10неделя					
2	Совершенствование техники передвижение и остановок, поворотов и стоек Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, перемещений в стойке, остановки и ускорения			10неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				10неделя					
				10неделя					
				10неделя					
				10неделя					
3	Выполнение техники нормативов			11неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				11неделя					
				11неделя					
				11неделя					
				11неделя					
	Овладение техникой ловли передачи мяча								
4	Разучивание техники ловли и передачи мяча Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника			11неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				11неделя					
				11неделя					
				11неделя					
5	Совершенствование техники ловли и передачи мяча С пассивным сопротивлением защитника (в парах, тройке, квадрате и кругу)			12неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				12неделя					
				12неделя					
				12неделя					
				12неделя					
6	Выполнение техники ловли передачи мяча			12неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				12неделя					
				12неделя					
				12неделя					
	Освоение техники ведения мяча								
7	Разучивание техники ведения мяча Ведения мяча с низким, средним, высоким отскоком на месте и в движении по прямой с изменением			13неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа,	
				13неделя					
				13неделя					

	ем направления движения и скорости			13неделя				пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				13неделя					
8	Совершенствование техники ведения мяча ведения мяча без сопротивления защитника и с пассивным сопротивлением защитника			13неделя			.Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				13неделя					
				13неделя					
				13неделя					
9	Выполнение техники норматива ведения мяча			14неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				14неделя					
				14неделя					
				14неделя					
Освоение техники бросков									
10	Разучивание техники бросков Броски мяча одной и двумя руками с места и в движении.			14неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				14неделя					
				14неделя					
				14неделя					
11	Совершенствование техники бросков Ловля без сопротивления и сопротивлением защитника			15неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				15неделя					
				15неделя					
				15неделя					
12	Выполнение техники нормативов броски			15неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				15неделя					
				15неделя					
				15неделя					
13	Общая физическая подготовка (сила ,выносливость, скорость)			16неделя			система занятий физическими упражнениями, которая направлена на развитие всех физических качеств	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				16неделя					
				16неделя					
				16неделя					
14	Общая физическая подготовка (ловкость, гибкость)			16неделя			система занятий физическими упражнениями, которая направлена на развитие	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				16неделя					
				16неделя					
				16неделя					

				16неделя			всех физических качеств		
--	--	--	--	----------	--	--	-------------------------	--	--

Календарно-тематическое планирование по ФВ для 7-х классов 3 четверть ШГ№4. Учитель:ТищенкоИ.А.

№ урока	Тема урока	К-во ч. план	Класс	День недели	Дата проведения		Тип, вид урока	Домашнее задание.	Примечание
					План	Факт			
	Баскетбол, Волейбол, Гимнастика Освоение индивидуальной техники защиты								
1	Разучивание техники индивидуальной защиты Вырывание и выбивание мяча			17неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				17неделя					
				17неделя					
				17неделя					
				17неделя					
2	Совершенствование техники индивидуальной защиты Перехват мяча.			17неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				17неделя					
				17неделя					
				17неделя					
				17неделя					
3	Выполнение техники нормативов индивидуальной защиты			18неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				18неделя					
				18неделя					
				18неделя					
				18неделя					
	Закрепление техники владения мячом, перемещением								
4	Разучивание пройденных элементов Ловля, передача, повороты и броски мяча			18неделя			Урок закрепления материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				18неделя					
				18неделя					
				18неделя					
				18неделя					
5	Совершенствование техники пройденных элементов Ловля, передача, повороты и броски в движении			19неделя			Урок закрепления знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				19неделя					
				19неделя					
				19неделя					
				19неделя					
6	Выполнение техники пройденных элементов			19неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				19неделя					
				19неделя					
				19неделя					
				19неделя					

				19неделя					
	Овладение игрой комплексное воспитание физических качеств								
7	Выполнение техники игры двусторонняя Игра по упрощенным правилам мини – баскетбола			20неделя			Игровой урок	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				20неделя					
				20неделя					
				20неделя					

8	Выполнение физических качеств			20неделя			система занятий физическими упражнениями, которая направ- лена на развитие всех физических качеств	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				20неделя					
				20неделя					
				20неделя					
	Волейбол.								
	Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек								
9	Разучивание техники передвижений, поворотов и стоек Стойка игрока: перемещения в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед, в ходьбе и беге			21неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				21неделя					
				21неделя					
				21неделя					
10	Совершенствование передвижений, остановок и стоек Стойка игрока: перемещения в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед, в ходьбе и беге			21неделя			Урок совершен- ствования зна- ний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				21неделя					
				21неделя					
				21неделя					
				21неделя					
	Освоение техники передачи и приема мяча								

11	Разучивание техники передачи и приема мяча Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед; передача мяча над собой			22неделя			Урок изучения нового материала	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				22неделя					
				22неделя					
				22неделя					
12	Совершенствование техники передачи и приема мяча То же через сетку			22неделя			Урок совершен- ствования зна- ний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания.	
				22неделя					
				22неделя					
				22неделя					

				22неделя					Бег 500-1000 м	
				22неделя						
	Закрепление техники владения мячом									
13	Выполнение техники двусторонней игры Игра по правилам			23неделя				Игровой урок	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				23неделя						
				23неделя						
				23неделя						
				23неделя						
	Гимнастика Освоение строевых упражнений									
14	Разучивание строевых упражнений Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением из колонны по два и по четыре в колонну по одному разведением и слиянием; строевой шаг смыкание на месте			23неделя				Урок изучения нового материала	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				23неделя						
				23неделя						
				23неделя						
				23неделя						
15	Совершенствование строевых упражнений Команды: «пол-оборота направо», «пол-оборота налево», «короче шаг», «Пол шага», «прямо»; повороты в движении			24неделя				Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				24неделя						
				24неделя						
				24неделя						
				24неделя						
	Освоение висов и упоров									

16	Разучивание техники висов и упоров Мальчики : висы согнувшись и прогнувшись; подтягивание в висе; поднятие прямых ног в висе; Девочки : Смешанные висы; подтягивание из виса лежа			24неделя				Урок изучения нового материала	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				24неделя						
				24неделя						
				24неделя						
				24неделя						
17	Совершенствование техники висов и упоров То же			25неделя				Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				25неделя						
				25неделя						
				25неделя						
				25неделя						
	Освоение акробатических упражнений									
18	Разучивание техники акробатических упражнений Мальчики: махом одной и толчком другой; подъем переворотом в упор; махом назад соскок; сед ноги			25неделя				Урок изучения нового материала	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа,	
				25неделя						
				25неделя						

	врозь; из седа на бедре соскок с поворотом Девочки: наскок прыжком в упор на нижнюю жердь; соскок с поворотом;размахивание с изги- бом; вис лежа; вис присев			25неделя				пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м
				25неделя				
				25неделя				
19	Совершенствование техники акробатических упражнений То же			26неделя			Урок совершен- ствования зна- ний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м
			26неделя					
			26неделя					
			26неделя					
			26неделя					
20	Выполнение нормативов техники акробатических упражнений			26неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м
			26неделя					
			26неделя					
			26неделя					
			26неделя					

Календарно-тематическое планирование по ФВ для 7-х классов 4 четверть ШГ №4 Учитель: Тищенко И.А.

№ урока	Тема урока	К-во ч. план	Класс	День недели	Дата проведения		Тип, вид урока	Домашнее задание.	Примечание
					План	Факт			
	Легкая атлетика, кроссовая подготовка.								
1	Разучивание техники бега кроссовой дистанции Высокий старт ,бег на 300м			27неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				27неделя					
				27неделя					
				27неделя					
				27неделя					
2	Совершенствование техники кроссовой дистанции Бега на 300-400м			27неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				27неделя					
				27неделя					
				27неделя					
				27неделя					
3	Выполнение техники норматива кроссовой дистанции Бег на 500м			28неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				28неделя					
				28неделя					
				28неделя					
				28неделя					
	Овладение техникой спринтерского бега								
4	Разучивание техники спринтерского бега Низкий старт ,бег на отрезках 30-40м(со старта, с ускорением).			28неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				28неделя					
				28неделя					
				28неделя					
5	Совершенствование техники спринтерского бега Бег на отрезках 30-40м с ускорением. Скоростной бег на отрезках до 40м.			29неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				29неделя					
				29неделя					
				29неделя					
				29неделя					
6	Выполнение норматива бега Бег на 60м на результат с низкого старта.			29неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				29неделя					
				29неделя					
				29неделя					
				29неделя					
	Овладение техникой длительного бега								
7	Разучивание техникой длительного бега Бег с умеренной интенсивностью 10-12 минут			30неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания.	
				30неделя					
				30неделя					
				30неделя					

				30неделя				Бег 500-1000 м	
8	Совершенствование техникой длительного бега Бег на 1000м			30неделя			.Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				30неделя					
				30неделя					
				30неделя					
				30неделя					
9	Выполнение норматива бега 1000м Бег на 1000м на результат			31неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				31неделя					
				31неделя					
				31неделя					
				31неделя					
Овладение техникой прыжка в длину способом «согнув ноги»									
10	Разучивание техники прыжка в длину с разбега Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега			31неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				31неделя					
				31неделя					
				31неделя					
				31неделя					
11	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега Прыжки в длину 7-9 шагов разбега			34неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				34неделя					
				34неделя					
				34неделя					
				34неделя					
12	Выполнение техники норматива прыжка в длину Прыжок с места на результат			34неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				34неделя					
				34неделя					
				34неделя					
				34неделя					
Овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность									

13	Разучивание метания малого мяча на дальность Метание малых мячей в горизонтальные и вертикальные цели с расстояния 10-14 м			35неделя			Урок изучения нового материала	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				35неделя					
				35неделя					
				35неделя					
				35неделя					

14	Совершенствование метания малого мяча на дальность Метание малых мячей на дальность с 5-6 шагов разбега			35неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				35неделя					
				35неделя					
				35неделя					
				35неделя					
15	Выполнение техники норматива на дальность Метание малого мяча на результат			36неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				36неделя					
				36неделя					
				36неделя					
				36неделя					
16	Общая физическая подготовка(быстрота, ловкость, Сила, выносливость, скорость)			36неделя			система занятий физическими упражнениями, которая направлена на развитие всех физических качеств	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				36неделя					
				36неделя					
				36неделя					
				36неделя					

РАССМОТРЕНО:
на заседании МО
протокол № ____
_____ Азимова А.Ф.
«30» августа 2022г

СОГЛАСОВАНО:
Заместитель директора
по УВР
_____ Щербинина О.А.
«05» сентября 2022г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы-
гимназии № 4
_____ Шоңкочева Г.Т.
«07» сентября 2022г

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ уроков по **физическому воспитанию 8 класс**

Количество часов по программе в год: **68** часов- Iч.-18; IIч.-14; IIIч.-20; IVч.-16

КОЛИЧЕСТВО И ФОРМЫ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ УЧАЩИХСЯ

Вид работы	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	год
Легкая атлетика\кроссовая подготовка					
баскетбол					
Волейбол\гимнастика					
Кроссовая подг\л\атлетика					

Тематическое планирование по физическому воспитанию для 8 классов составлено в соответствии с требованиями Программы МОН КР для общеобразовательных организаций V-XI классы. Бишкек 20__ г.

Составители программы: _____

Базовый учебник: _____.

Дополнительная литература: _____

Учитель: Тищенко И.А

Календарно-тематическое планирование по ФВ для 8-х классов 1 четверть ШГ №4. Учитель: Тищенко И.А.

№ урока	Тема урока	К-во ч. план	Класс	День недели	Дата проведения		Тип, вид урока	Домашнее задание.	Примечание
					План	Факт			
	Легкая атлетика, кроссовая подготовка. Овладение техникой спринтерского бега								
1	Разучивание техники спринтерского бега Высокий старт, бег на отрезках 10-15 м (со старта, сходу)			1неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				1неделя					
				1неделя					
				1неделя					
				1неделя					
2	Совершенствование техники спринтерского бега Бег на отрезках 30-40 м с ускорением. Скоростной бег на отрезках до 40 м			1неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				1неделя					
				1неделя					
				1неделя					
				1неделя					
3	Выполнение норматива бег 60м с высокого старта			2неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				2неделя					
				2неделя					
				2неделя					
				2неделя					
	Овладение техникой прыжка в длину способом «согнув ноги»								
4	Разучивание техники прыжка в длину с разбега Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега.			2неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				2неделя					
				2неделя					
				2неделя					
				2неделя					
5	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега			3неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				3неделя					
				3неделя					
				3неделя					
				3неделя					
6	Выполнение техники норматива прыжка в длину Прыжок с места на результат			3неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				3неделя					
				3неделя					
				3неделя					
				3неделя					
	Овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность								
7	Разучивание метания малого мяча на дальность			4неделя			Урок изучения	Утренняя зарядка,	

	Метание малых мячей в горизонтальные и вертикальные цели с расстояния 8-10 м			4неделя			нового материала.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				4неделя					
				4неделя					
				4неделя					

8	Совершенствование метания малого мяча на дальность Метание малых мячей на дальность с трех шагов разбега			4неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				4неделя					
				4неделя					
				4неделя					
				4неделя					
9	Выполнение техники норматива на дальность Метание малого мяча на результат			5неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				5неделя					
				5неделя					
				5неделя					
				5неделя					
Овладение техникой длительного бега									
10	Разучивание техникой длительного бега Бег с умеренной интенсивностью до 10-12 мин (мальчики) 8 минут (девочки)			5неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				5неделя					
				5неделя					
				5неделя					
				5неделя					
11	Совершенствование техникой длительного бега Бег на 1000 м			6неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				6неделя					
				6неделя					
				6неделя					
				6неделя					
12	Выполнение норматива бега 1000 м			6неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				6неделя					
				6неделя					
				6неделя					
				6неделя					
Овладение техникой прыжка в высоту способом перешагивания									

13	Разучивание техники прыжка в высоту Прыжки в высоту с 3-5 шагов разбега			7неделя			Урок изучения нового материала	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания.	
				7неделя					
				7неделя					
				7неделя					

				7неделя				Бег 500-1000 м	
14	Совершенствование техники прыжка в высоту Прыжки в высоту с 3-5шагов разбега			7неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				7неделя					
				7неделя					
				7неделя					
				7неделя					
15	Выполнение норматива на технику прыжка в высоту Прыжки в высоту способом перешагивания на результат			8неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				8неделя					
				8неделя					
				8неделя					
				8неделя					
	Овладение техникой бега кроссовой подготовки								
16	Разучивание техники бега кроссовой дистанции Бег на 300м			8неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				8неделя					
				8неделя					
				8неделя					
				8неделя					
17	Совершенствование техники бега кроссовой дистанции Бег на 500м			9неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				9неделя					
				9неделя					
				9неделя					
				9неделя					
18	Выполнение техники норматива кроссовой дистанции			9неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				9неделя					
				9неделя					
				9неделя					
				9неделя					

Календарно-тематическое планирование по ФВ для 8-х классов 2 четверть ШГ №4. Учитель: Тищенко И.А.

№ урока	Тема урока	К-во ч. план	Класс	День недели	Дата проведения		Тип, вид урока	Домашнее задание.	Примечание
					План	Факт			
	Баскетбол. Овладение техники передвижения остановок, поворотов и стоек								
1	Разучивание техники передвижение остановок, поворотов и стоек Стойка игрока: перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед; остановка двумя шагами и прыжком; повороты с мячом и без мяча;			10неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				10неделя					
				10неделя					
				10неделя					
2	Совершенствование техники передвижение и остановок, поворотов и стоек Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, перемещений в стойке, остановки и ускорения			10неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				10неделя					
				10неделя					
				10неделя					
				10неделя					
3	Выполнение техники нормативов			11неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				11неделя					
				11неделя					
				11неделя					
				11неделя					
Овладение техникой ловли передачи мяча									
4	Разучивание техники ловли и передачи мяча Ловля и передача мяча двумя руками от груди и он рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника			11неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				11неделя					
				11неделя					
				11неделя					
5	Совершенствование техники ловли и передачи мяча С пассивным сопротивлением защитника (в парах, тройке, квадрате и кругу)			12неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				12неделя					
				12неделя					
				12неделя					
				12неделя					
6	Выполнение техники ловли передачи мяча			12неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				12неделя					
				12неделя					
				12неделя					
Освоение техники ведения мяча									
7	Разучивание техники ведения мяча Ведения мяча с низким, средним, высоким отскоком на месте и в движении по прямой с изменени-			13неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа,	
				13неделя					
				13неделя					

	ем направления движения и скорости			13неделя				пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				13неделя					
8	Совершенствование техники ведения мяча ведения мяча без сопротивления защитника и с пассивным сопротивлением защитника			13неделя			.Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				13неделя					
				13неделя					
				13неделя					
9	Выполнение техники норматива ведения мяча			14неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				14неделя					
				14неделя					
				14неделя					
	Освоение техники бросков								
10	Разучивание техники бросков Броски мяча одной и двумя руками с места и в движении.			14неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				14неделя					
				14неделя					
				14неделя					
11	Совершенствование техники бросков Ловля без сопротивления и сопротивлением защитника			15неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				15неделя					
				15неделя					
				15неделя					
12	Выполнение техники нормативов броски			15неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				15неделя					
				15неделя					
				15неделя					
13	Общая физическая подготовка (сила ,выносливость, скорость)			16неделя			система занятий физическими упражнениями, которая направлена на развитие всех физических качеств	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				16неделя					
				16неделя					
				16неделя					
14	Общая физическая подготовка (ловкость, гибкость)			16неделя			система занятий физическими упражнениями, которая направлена на развитие	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				16неделя					
				16неделя					
				16неделя					

				16неделя			всех физических качеств		
--	--	--	--	----------	--	--	-------------------------	--	--

Календарно-тематическое планирование по ФВ для 8-х классов 3 четверть ШГ №4 Учитель: Тищенко И.А.

№ урока	Тема урока	К-во ч. план	Класс	День недели	Дата проведения		Тип, вид урока	Домашнее задание.	Примечание
					План	Факт			
	Баскетбол, Волейбол, Гимнастика Освоение индивидуальной техники защиты								
1	Разучивание техники индивидуальной защиты Вырывание и выбивание мяча			17неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				17неделя					
				17неделя					
				17неделя					
				17неделя					
2	Совершенствование техники индивидуальной защиты Перехват мяча.			17неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				17неделя					
				17неделя					
				17неделя					
				17неделя					
3	Выполнение техники нормативов индивидуальной защиты			18неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				18неделя					
				18неделя					
				18неделя					
				18неделя					
	Закрепление техники владения мячом, перемещением								
4	Разучивание пройденных элементов Ловля, передача, повороты и броски мяча			18неделя			Урок закрепления материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				18неделя					
				18неделя					
				18неделя					
				18неделя					
5	Совершенствование техники пройденных элементов Ловля, передача, повороты и броски в движении			19неделя			Урок закрепления знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				19неделя					
				19неделя					
				19неделя					
				19неделя					
6	Выполнение техники пройденных элементов			19неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				19неделя					
				19неделя					
				19неделя					
				19неделя					

				19неделя					
	Овладение игрой комплексное воспитание физических качеств								
7	Выполнение техники игры двусторонняя Игра по упрощенным правилам мини – баскетбола			20неделя			Игровой урок	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				20неделя					
				20неделя					
				20неделя					

8	Выполнение физических качеств			20неделя			система занятий физическими упражнениями, которая направ- лена на развитие всех физических качеств	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				20неделя					
				20неделя					
				20неделя					
	Волейбол.								
	Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек								
9	Разучивание техники передвижений, поворотов и стоек Стойка игрока: перемещения в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед, в ходьбе и беге			21неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				21неделя					
				21неделя					
				21неделя					
10	Совершенствование передвижений, остановок и стоек Стойка игрока: перемещения в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед, в ходьбе и беге			21неделя			Урок совершен- ствования зна- ний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				21неделя					
				21неделя					
				21неделя					
				21неделя					
	Освоение техники передачи и приема мяча								

11	Разучивание техники передачи и приема мяча Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед; передача мяча над собой			22неделя			Урок изучения нового материала	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				22неделя					
				22неделя					
				22неделя					
12	Совершенствование техники передачи и приема мяча То же через сетку			22неделя			Урок совершен- ствования зна- ний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания.	
				22неделя					
				22неделя					
				22неделя					

				22неделя					Бег 500-1000 м	
				22неделя						
	Закрепление техники владения мячом									
13	Выполнение техники двусторонней игры Игра по правилам			23неделя				Игровой урок	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				23неделя						
				23неделя						
				23неделя						
				23неделя						
	Гимнастика Освоение строевых упражнений									
14	Разучивание строевых упражнений Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением из колонны по два и по четыре в колонну по одному разведением и слиянием; строевой шаг смыкание на месте			23неделя				Урок изучения нового материала	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				23неделя						
				23неделя						
				23неделя						
				23неделя						
15	Совершенствование строевых упражнений Команды: «пол-оборота направо», «пол-оборота налево», «короче шаг», «Пол шага», «прямо»; повороты в движении			24неделя				Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				24неделя						
				24неделя						
				24неделя						
				24неделя						
	Освоение висов и упоров									

16	Разучивание техники висов и упоров Мальчики : висы согнувшись и прогнувшись; подтягивание в висе; поднятие прямых ног в висе; Девочки : Смешанные висы; подтягивание из виса лежа			24неделя				Урок изучения нового материала	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				24неделя						
				24неделя						
				24неделя						
				24неделя						
17	Совершенствование техники висов и упоров То же			25неделя				Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				25неделя						
				25неделя						
				25неделя						
				25неделя						
	Освоение акробатических упражнений									
18	Разучивание техники акробатических упражнений Мальчики: махом одной и толчком другой; подъем переворотом в упор; махом назад соскок; сед ноги			25неделя				Урок изучения нового материала	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа,	
				25неделя						
				25неделя						

	врозь; из седа на бедре соскок с поворотом Девочки: наскок прыжком в упор на нижнюю жердь; соскок с поворотом; размахивание с изги- бом; вис лежа; вис присев			25неделя				пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				25неделя					
				25неделя					
19	Совершенствование техники акробатических упражнений То же			26неделя			Урок совершен- ствования зна- ний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				26неделя					
				26неделя					
				26неделя					
				26неделя					
20	Выполнение нормативов техники акробатических упражнений			26неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				26неделя					
				26неделя					
				26неделя					
				26неделя					

Календарно-тематическое планирование по ФВ для 8-х классов 4 четверть ШГ №4. Учитель: Тищенко И.А.

№ урока	Тема урока	К-во ч. план	Класс	День недели	Дата проведения		Тип, вид урока	Домашнее задание.	Примечание
					План	Факт			
	Легкая атлетика, кроссовая подготовка.								
1	Разучивание техники бега кроссовой дистанции Высокий старт ,бег на 300м			27неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				27неделя					
				27неделя					
				27неделя					
				27неделя					
2	Совершенствование техники кроссовой дистанции Бега на 300-400м			27неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				27неделя					
				27неделя					
				27неделя					
				27неделя					
3	Выполнение техники норматива кроссовой дистанции Бег на 500м			28неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				28неделя					
				28неделя					
				28неделя					
				28неделя					
	Овладение техникой спринтерского бега								
4	Разучивание техники спринтерского бега Низкий старт ,бег на отрезках 30-40м(со старта, с ускорением).			28неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				28неделя					
				28неделя					
				28неделя					
5	Совершенствование техники спринтерского бега Бег на отрезках 30-40м с ускорением. Скоростной бег на отрезках до 40м.			29неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				29неделя					
				29неделя					
				29неделя					
				29неделя					
6	Выполнение норматива бега Бег на 60м на результат с низкого старта.			29неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				29неделя					
				29неделя					
				29неделя					
				29неделя					
	Овладение техникой длительного бега								
7	Разучивание техникой длительного бега Бег с умеренной интенсивностью 10-12 минут			30неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания.	
				30неделя					
				30неделя					
				30неделя					

				30неделя				Бег 500-1000 м	
8	Совершенствование техникой длительного бега Бег на 1000м			30неделя			.Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				30неделя					
				30неделя					
				30неделя					
				30неделя					
9	Выполнение норматива бега 1000м Бег на 1000м на результат			31неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				31неделя					
				31неделя					
				31неделя					
				31неделя					
Овладение техникой прыжка в длину способом «согнув ноги»									
10	Разучивание техники прыжка в длину с разбега Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега			31неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				31неделя					
				31неделя					
				31неделя					
				31неделя					
11	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега Прыжки в длину 7-9 шагов разбега			34неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				34неделя					
				34неделя					
				34неделя					
				34неделя					
12	Выполнение техники норматива прыжка в длину Прыжок с места на результат			34неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				34неделя					
				34неделя					
				34неделя					
				34неделя					
Овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность									

13	Разучивание метания малого мяча на дальность Метание малых мячей в горизонтальные и вертикальные цели с расстояния 10-14 м			35неделя			Урок изучения нового материала	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				35неделя					
				35неделя					
				35неделя					
				35неделя					

14	Совершенствование метания малого мяча на дальность Метание малых мячей на дальность с 5-6 шагов разбега			35неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				35неделя					
				35неделя					
				35неделя					
				35неделя					
15	Выполнение техники норматива на дальность Метание малого мяча на результат			36неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				36неделя					
				36неделя					
				36неделя					
				36неделя					
16	Общая физическая подготовка(быстрота, ловкость, Сила, выносливость, скорость)			36неделя			система занятий физическими упражнениями, которая направлена на развитие всех физических качеств	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				36неделя					
				36неделя					
				36неделя					
				36неделя					

РАССМОТРЕНО:
на заседании МО
протокол № ____
_____ Азимова А.Ф.
«30» августа 2022г

СОГЛАСОВАНО:
Заместитель директора
по УВР
_____ Щербинина О.А.
«05» сентября 2022г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы-
гимназии № 4
_____ Шоңкочева Г.Т.
«07» сентября 2022г

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ уроков по **физическому воспитанию 9 класс**

Количество часов по программе в год: **68** часов- Iч.-18; IIч.-14; IIIч.-20; IVч.-16

КОЛИЧЕСТВО И ФОРМЫ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ УЧАЩИХСЯ

Вид работы	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	год
Легкая атлетика\кроссовая подготовка					
Баскетбол					
Волейбол\гимнастика					
Кроссовая подг\л\атлетика					

Тематическое планирование по физическому воспитанию для 9 классов составлено в соответствии с требованиями Программы МОН КР для общеобразовательных организаций V-XI классы. Бишкек 20__ г.

Составители программы: _____

Базовый учебник: _____.

Дополнительная литература: _____

Учитель: Тищенко И.А.

Календарно-тематическое планирование по ФВ для 9-х классов 1 четверть ШГ №4 Учитель: Тищенко И.А.

№ урока	Тема урока	К-во ч. план	Класс	День недели	Дата проведения		Тип, вид урока	Домашнее задание.	Примечание
					План	Факт			
	Легкая атлетика, кроссовая подготовка. Овладение техникой спринтерского бега								
1	Разучивание техники спринтерского бега Высокий старт, бег на отрезках 10-15 м (со старта, сходу)			1неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				1неделя					
				1неделя					
				1неделя					
				1неделя					
2	Совершенствование техники спринтерского бега Бег на отрезках 30-40 м с ускорением. Скоростной бег на отрезках до 40 м			1неделя			Урок совершенствования знаний, умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				1неделя					
				1неделя					
				1неделя					
				1неделя					
3	Выполнение норматива бег 60м с высокого старта			2неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				2неделя					
				2неделя					
				2неделя					
				2неделя					
	Овладение техникой прыжка в длину способом «согнув ноги»								
4	Разучивание техники прыжка в длину с разбега Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега.			2неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				2неделя					
				2неделя					
				2неделя					
				2неделя					
5	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега			3неделя			Урок совершенствования знаний, умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				3неделя					
				3неделя					
				3неделя					
				3неделя					
6	Выполнение техники норматива прыжка в длину Прыжок с места на результат			3неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				3неделя					
				3неделя					
				3неделя					
				3неделя					
	Овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность								
7	Разучивание метания малого мяча на дальность			4неделя			Урок изучения	Утренняя зарядка,	

	Метание малых мячей в горизонтальные и вертикальные цели с расстояния 8-10 м			4неделя			нового материала.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				4неделя					
				4неделя					
				4неделя					

8	Совершенствование метания малого мяча на дальность Метание малых мячей на дальность с трех шагов разбега			4неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				4неделя					
				4неделя					
				4неделя					
				4неделя					
9	Выполнение техники норматива на дальность Метание малого мяча на результат			5неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				5неделя					
				5неделя					
				5неделя					
				5неделя					
Овладение техникой длительного бега									
10	Разучивание техникой длительного бега Бег с умеренной интенсивностью до 10-12 мин (мальчики) 8 минут (девочки)			5неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				5неделя					
				5неделя					
				5неделя					
				5неделя					
11	Совершенствование техникой длительного бега Бег на 1000 м			6неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				6неделя					
				6неделя					
				6неделя					
				6неделя					
12	Выполнение норматива бега 1000 м			6неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				6неделя					
				6неделя					
				6неделя					
				6неделя					
Овладение техникой прыжка в высоту способом перешагивания									

13	Разучивание техники прыжка в высоту Прыжки в высоту с 3-5 шагов разбега			7неделя			Урок изучения нового материала	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания.	
				7неделя					
				7неделя					
				7неделя					

				7неделя				Бег 500-1000 м	
14	Совершенствование техники прыжка в высоту Прыжки в высоту с 3-5шагов разбега			7неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				7неделя					
				7неделя					
				7неделя					
				7неделя					
15	Выполнение норматива на технику прыжка в высоту Прыжки в высоту способом перешагивания на результат			8неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				8неделя					
				8неделя					
				8неделя					
				8неделя					
	Овладение техникой бега кроссовой подготовки								
16	Разучивание техники бега кроссовой дистанции Бег на 300м			8неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				8неделя					
				8неделя					
				8неделя					
				8неделя					
17	Совершенствование техники бега кроссовой дистанции Бег на 500м			9неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				9неделя					
				9неделя					
				9неделя					
				9неделя					
18	Выполнение техники норматива кроссовой дистанции			9неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				9неделя					
				9неделя					
				9неделя					
				9неделя					

Календарно-тематическое планирование по ФВ для 9-х классов 2 четверть ШГ №4 Учитель: Тищенко.И.А

№ урока	Тема урока	К-во ч. план	Класс	День недели	Дата проведения		Тип, вид урока	Домашнее задание.	Примечание
					План	Факт			
	Баскетбол. Овладение техники передвижения остановок, поворотов и стоек								
1	Разучивание техники передвижение остановок, поворотов и стоек Стойка игрока: перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед; остановка двумя шагами и прыжком; повороты с мячом и без мяча;			10неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				10неделя					
				10неделя					
				10неделя					
2	Совершенствование техники передвижение и остановок, поворотов и стоек Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, перемещений в стойке, остановки и ускорения			10неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				10неделя					
				10неделя					
				10неделя					
				10неделя					
3	Выполнение техники нормативов			11неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				11неделя					
				11неделя					
				11неделя					
				11неделя					
	Овладение техникой ловли передачи мяча								
4	Разучивание техники ловли и передачи мяча Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника			11неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				11неделя					
				11неделя					
				11неделя					
5	Совершенствование техники ловли и передачи мяча С пассивным сопротивлением защитника (в парах, тройке, квадрате и кругу)			12неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				12неделя					
				12неделя					
				12неделя					
				12неделя					
6	Выполнение техники ловли передачи мяча			12неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				12неделя					
				12неделя					
				12неделя					
	Освоение техники ведения мяча								
7	Разучивание техники ведения мяча Ведения мяча с низким, средним, высоким отскоком на месте и в движении по прямой с изменением			13неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа,	
				13неделя					
				13неделя					

	ем направления движения и скорости			13неделя				пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				13неделя					
8	Совершенствование техники ведения мяча ведения мяча без сопротивления защитника и с пассивным сопротивлением защитника			13неделя			.Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				13неделя					
				13неделя					
				13неделя					
9	Выполнение техники норматива ведения мяча			14неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				14неделя					
				14неделя					
				14неделя					
Освоение техники бросков									
10	Разучивание техники бросков Броски мяча одной и двумя руками с места и в движении.			14неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				14неделя					
				14неделя					
				14неделя					
11	Совершенствование техники бросков Ловля без сопротивления и сопротивлением защитника			15неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				15неделя					
				15неделя					
				15неделя					
12	Выполнение техники нормативов броски			15неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				15неделя					
				15неделя					
				15неделя					
13	Общая физическая подготовка (сила ,выносливость, скорость)			16неделя			система занятий физическими упражнениями, которая направлена на развитие всех физических качеств	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				16неделя					
				16неделя					
				16неделя					
14	Общая физическая подготовка (ловкость, гибкость)			16неделя			система занятий физическими упражнениями, которая направлена на развитие	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				16неделя					
				16неделя					
				16неделя					

				16неделя			всех физических качеств		
--	--	--	--	----------	--	--	-------------------------	--	--

Календарно-тематическое планирование по ФВ для 9-х классов 3 четверть ШГ №4 Учитель: Тищенко И.А

№ урока	Тема урока	К-во ч. план	Класс	День недели	Дата проведения		Тип, вид урока	Домашнее задание.	Примечание
					План	Факт			
	Баскетбол, Волейбол, Гимнастика Освоение индивидуальной техники защиты								
1	Разучивание техники индивидуальной защиты Вырывание и выбивание мяча			17неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				17неделя					
				17неделя					
				17неделя					
				17неделя					
2	Совершенствование техники индивидуальной защиты Перехват мяча.			17неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				17неделя					
				17неделя					
				17неделя					
				17неделя					
3	Выполнение техники нормативов индивидуальной защиты			18неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				18неделя					
				18неделя					
				18неделя					
				18неделя					
	Закрепление техники владения мячом, перемещением								
4	Разучивание пройденных элементов Ловля, передача, повороты и броски мяча			18неделя			Урок закрепления материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				18неделя					
				18неделя					
				18неделя					
				18неделя					
5	Совершенствование техники пройденных элементов Ловля, передача, повороты и броски в движении			19неделя			Урок закрепления знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				19неделя					
				19неделя					
				19неделя					
				19неделя					
6	Выполнение техники пройденных элементов			19неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				19неделя					
				19неделя					
				19неделя					
				19неделя					

				19неделя					
	Овладение игрой комплексное воспитание физических качеств								
7	Выполнение техники игры двусторонняя Игра по упрощенным правилам мини – баскетбола			20неделя			Игровой урок	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				20неделя					
				20неделя					
				20неделя					
				20неделя					

8	Выполнение физических качеств			20неделя			система занятий физическими упражнениями, которая направ- лена на развитие всех физических качеств	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				20неделя					
				20неделя					
				20неделя					
				20неделя					
Волейбол.									
Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек									
9	Разучивание техники передвижений, поворотов и стоек Стойка игрока: перемещения в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед, в ходьбе и беге			21неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				21неделя					
				21неделя					
				21неделя					
				21неделя					
10	Совершенствование передвижений, остановок и стоек Стойка игрока: перемещения в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед, в ходьбе и беге			21неделя			Урок совершен- ствования зна- ний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				21неделя					
				21неделя					
				21неделя					
				21неделя					
				21неделя					
Освоение техники передачи и приема мяча									

11	Разучивание техники передачи и приема мяча Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед; передача мяча над собой			22неделя			Урок изучения нового материала	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				22неделя					
				22неделя					
				22неделя					
				22неделя					
12	Совершенствование техники передачи и приема мяча То же через сетку			22неделя			Урок совершен- ствования зна- ний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания.	
				22неделя					
				22неделя					
				22неделя					

				22неделя					Бег 500-1000 м	
				22неделя						
	Закрепление техники владения мячом									
13	Выполнение техники двусторонней игры Игра по правилам			23неделя				Игровой урок	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				23неделя						
				23неделя						
				23неделя						
				23неделя						
	Гимнастика Освоение строевых упражнений									
14	Разучивание строевых упражнений Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением из колонны по два и по четыре в колонну по одному разведением и слиянием; строевой шаг смыкание на месте			23неделя				Урок изучения нового материала	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				23неделя						
				23неделя						
				23неделя						
				23неделя						
15	Совершенствование строевых упражнений Команды: «пол-оборота направо», «пол-оборота налево», «короче шаг», «Пол шага», «прямо»; повороты в движении			24неделя				Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				24неделя						
				24неделя						
				24неделя						
				24неделя						
	Освоение висов и упоров									

16	Разучивание техники висов и упоров Мальчики : висы согнувшись и прогнувшись; подтягивание в висе; поднятие прямых ног в висе; Девочки : Смешанные висы; подтягивание из виса лежа			24неделя				Урок изучения нового материала	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				24неделя						
				24неделя						
				24неделя						
				24неделя						
17	Совершенствование техники висов и упоров То же			25неделя				Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				25неделя						
				25неделя						
				25неделя						
				25неделя						
	Освоение акробатических упражнений									
18	Разучивание техники акробатических упражнений Мальчики: махом одной и толчком другой; подъем переворотом в упор; махом назад соскок; сед ноги			25неделя				Урок изучения нового материала	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа,	
				25неделя						
				25неделя						

	врозь; из седа на бедре соскок с поворотом Девочки: наскок прыжком в упор на нижнюю жердь; соскок с поворотом; размахивание с изгибом; вис лежа; вис присев			25неделя				пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				25неделя					
				25неделя					
19	Совершенствование техники акробатических упражнений То же			26неделя			Урок совершенствования знаний, умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				26неделя					
				26неделя					
				26неделя					
				26неделя					
20	Выполнение нормативов техники акробатических упражнений			26неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				26неделя					
				26неделя					
				26неделя					
				26неделя					

Календарно-тематическое планирование по ФВ для 9-х классов 4 четверть ШГ №4 Учитель: Тищенко И.А.

№ урока	Тема урока	К-во ч. план	Класс	День недели	Дата проведения		Тип, вид урока	Домашнее задание.	Примечание
					План	Факт			
	Легкая атлетика, кроссовая подготовка.								
1	Разучивание техники бега кроссовой дистанции Высокий старт ,бег на 300м			27неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				27неделя					
				27неделя					
				27неделя					
				27неделя					
2	Совершенствование техники кроссовой дистанции Бега на 300-400м			27неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				27неделя					
				27неделя					
				27неделя					
				27неделя					
3	Выполнение техники норматива кроссовой дистанции Бег на 500м			28неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				28неделя					
				28неделя					
				28неделя					
				28неделя					
	Овладение техникой спринтерского бега								
4	Разучивание техники спринтерского бега Низкий старт ,бег на отрезках 30-40м(со старта, с ускорением).			28неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				28неделя					
				28неделя					
				28неделя					
5	Совершенствование техники спринтерского бега Бег на отрезках 30-40м с ускорением. Скоростной бег на отрезках до 40м.			29неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				29неделя					
				29неделя					
				29неделя					
				29неделя					
6	Выполнение норматива бега Бег на 60м на результат с низкого старта.			29неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				29неделя					
				29неделя					
				29неделя					
				29неделя					
	Овладение техникой длительного бега								
7	Разучивание техникой длительного бега Бег с умеренной интенсивностью 10-12 минут			30неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания.	
				30неделя					
				30неделя					
				30неделя					

				30неделя				Бег 500-1000 м	
8	Совершенствование техникой длительного бега Бег на 1000м			30неделя			.Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				30неделя					
				30неделя					
				30неделя					
				30неделя					
9	Выполнение норматива бега 1000м Бег на 1000м на результат			31неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				31неделя					
				31неделя					
				31неделя					
				31неделя					
Овладение техникой прыжка в длину способом «согнув ноги»									
10	Разучивание техники прыжка в длину с разбега Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега			31неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				31неделя					
				31неделя					
				31неделя					
				31неделя					
11	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега Прыжки в длину 7-9 шагов разбега			34неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				34неделя					
				34неделя					
				34неделя					
				34неделя					
12	Выполнение техники норматива прыжка в длину Прыжок с места на результат			34неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				34неделя					
				34неделя					
				34неделя					
				34неделя					
Овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность									

13	Разучивание метания малого мяча на дальность Метание малых мячей в горизонтальные и вертикальные цели с расстояния 10-14 м			35неделя			Урок изучения нового материала	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				35неделя					
				35неделя					
				35неделя					
				35неделя					

14	Совершенствование метания малого мяча на дальность Метание малых мячей на дальность с 5-6 шагов разбега			35неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				35неделя					
				35неделя					
				35неделя					
				35неделя					
15	Выполнение техники норматива на дальность Метание малого мяча на результат			36неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				36неделя					
				36неделя					
				36неделя					
				36неделя					
16	Общая физическая подготовка(быстрота, ловкость, Сила, выносливость, скорость)			36неделя			система занятий физическими упражнениями, которая направлена на развитие всех физических качеств	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				36неделя					
				36неделя					
				36неделя					
				36неделя					

РАССМОТРЕНО:
на заседании МО
протокол № ____
_____ Азимова А.Ф.
«30» августа 2022г

СОГЛАСОВАНО:
Заместитель директора
по УВР
_____ Щербинина О.А.
«05» сентября 2022г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы-
гимназии № 4
_____ Шоңкочева Г.Т.
«07» сентября 2022г

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ уроков по **физическому воспитанию 10 класс**

Количество часов по программе в год: **68** часов- Iч.-18; IIч.-14; IIIч.-20; IVч.-16

КОЛИЧЕСТВО И ФОРМЫ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ УЧАЩИХСЯ

Вид работы	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	год
Легкая атлетика\кроссовая подготовка					
Баскетбол					
Волейбол\гимнастика					
Кроссовая подг\л\атлетика					

Тематическое планирование по физическому воспитанию для 10 классов составлено в соответствии с требованиями Программы МОН КР для общеобразовательных организаций V-XI классы. Бишкек 20__ г.

Составители программы: _____

Базовый учебник: _____.

Дополнительная литература: _____

Учитель: Тищенко И.А.

Календарно-тематическое планирование по ФВ для 10-х классов 1 четверть ШГ№4 Учитель:ТищенкоИ.А.

№ урока	Тема урока	К-во ч. план	Класс	День недели	Дата проведения		Тип, вид урока	Домашнее задание.	Примечание
					План	Факт			
	Легкая атлетика, кроссовая подготовка. Овладение техникой спринтерского бега								
1	Разучивание техники спринтерского бега Высокий старт, бег на отрезках 10-15 м (со старта,сходу)			1неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				1неделя					
				1неделя					
				1неделя					
				1неделя					
2	Совершенствование техники спринтерского бега Бег на отрезках 30-40 м с ускорением. Скоростной бег на отрезках до 40 м			1неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				1неделя					
				1неделя					
				1неделя					
				1неделя					
3	Выполнение норматива бег 60м с высокого старта			2неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				2неделя					
				2неделя					
				2неделя					
				2неделя					
	Овладение техникой прыжка в длину способом «согнув ноги»								
4	Разучивание техники прыжка в длину с разбега Прыжки в длину с7-9 шагов разбега.			2неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				2неделя					
				2неделя					
				2неделя					
				2неделя					
5	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега Прыжки в длину с7-9 шагов разбега			3неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				3неделя					
				3неделя					
				3неделя					
				3неделя					
6	Выполнение техники норматива прыжка в длину Прыжок с места на результат			3неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				3неделя					
				3неделя					
				3неделя					
				3неделя					
	Овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность								
7	Разучивание метания малого мяча на дальность			4неделя			Урок изучения	Утренняя зарядка,	

	Метание малых мячей в горизонтальные и вертикальные цели с расстояния 8-10 м			4неделя			нового материала.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				4неделя					
				4неделя					
				4неделя					

8	Совершенствование метания малого мяча на дальность Метание малых мячей на дальность с трех шагов разбега			4неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				4неделя					
				4неделя					
				4неделя					
				4неделя					
9	Выполнение техники норматива на дальность Метание малого мяча на результат			5неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				5неделя					
				5неделя					
				5неделя					
				5неделя					
Овладение техникой длительного бега									
10	Разучивание техникой длительного бега Бег с умеренной интенсивностью до 10-12 мин (мальчики) 8 минут (девочки)			5неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				5неделя					
				5неделя					
				5неделя					
				5неделя					
11	Совершенствование техникой длительного бега Бег на 1000 м			6неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				6неделя					
				6неделя					
				6неделя					
				6неделя					
12	Выполнение норматива бега 1000 м			6неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				6неделя					
				6неделя					
				6неделя					
				6неделя					
Овладение техникой прыжка в высоту способом перешагивания									

13	Разучивание техники прыжка в высоту Прыжки в высоту с 3-5 шагов разбега			7неделя			Урок изучения нового материала	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания.	
				7неделя					
				7неделя					
				7неделя					

				7неделя				Бег 500-1000 м	
14	Совершенствование техники прыжка в высоту Прыжки в высоту с 3-5шагов разбега			7неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				7неделя					
				7неделя					
				7неделя					
				7неделя					
15	Выполнение норматива на технику прыжка в высоту Прыжки в высоту способом перешагивания на результат			8неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				8неделя					
				8неделя					
				8неделя					
				8неделя					
	Овладение техникой бега кроссовой подготовки								
16	Разучивание техники бега кроссовой дистанции Бег на 300м			8неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				8неделя					
				8неделя					
				8неделя					
				8неделя					
17	Совершенствование техники бега кроссовой дистанции Бег на 500м			9неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				9неделя					
				9неделя					
				9неделя					
				9неделя					
18	Выполнение техники норматива кроссовой дистанции			9неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				9неделя					
				9неделя					
				9неделя					
				9неделя					

Календарно-тематическое планирование по ФВ для 10-х классов 2 четверть ШГ№4 Учитель:Тищенко.И.А

№ урока	Тема урока	К-во ч. план	Класс	День недели	Дата проведения		Тип, вид урока	Домашнее задание.	Примечание
					План	Факт			
	Баскетбол. Овладение техники передвижения остановок, поворотов и стоек								
1	Разучивание техники передвижение остановок, поворотов и стоек Стойка игрока: перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед; остановка двумя шагами и прыжком; повороты с мячом и без мяча;			10неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				10неделя					
				10неделя					
				10неделя					
2	Совершенствование техники передвижение и остановок, поворотов и стоек Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, перемещений в стойке, остановки и ускорения			10неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				10неделя					
				10неделя					
				10неделя					
				10неделя					
3	Выполнение техники нормативов			11неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				11неделя					
				11неделя					
				11неделя					
				11неделя					
	Овладение техникой ловли передачи мяча								
4	Разучивание техники ловли и передачи мяча Ловля и передача мяча двумя руками от груди и он рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника			11неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				11неделя					
				11неделя					
				11неделя					
5	Совершенствование техники ловли и передачи мяча С пассивным сопротивлением защитника (в парах, тройке, квадрате и кругу)			12неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				12неделя					
				12неделя					
				12неделя					
				12неделя					
6	Выполнение техники ловли передачи мяча			12неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				12неделя					
				12неделя					
				12неделя					
	Освоение техники ведения мяча								
7	Разучивание техники ведения мяча Ведения мяча с низким, средним, высоким отскоком на месте и в движении по прямой с изменени-			13неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа,	
				13неделя					
				13неделя					

	ем направления движения и скорости			13неделя				пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				13неделя					
8	Совершенствование техники ведения мяча ведения мяча без сопротивления защитника и с пассивным сопротивлением защитника			13неделя			.Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				13неделя					
				13неделя					
				13неделя					
9	Выполнение техники норматива ведения мяча			14неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				14неделя					
				14неделя					
				14неделя					
	Освоение техники бросков								
10	Разучивание техники бросков Броски мяча одной и двумя руками с места и в движении.			14неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				14неделя					
				14неделя					
				14неделя					
11	Совершенствование техники бросков Ловля без сопротивления и сопротивлением защитника			15неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				15неделя					
				15неделя					
				15неделя					
12	Выполнение техники нормативов броски			15неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				15неделя					
				15неделя					
				15неделя					
13	Общая физическая подготовка (сила ,выносливость, скорость)			16неделя			система занятий физическими упражнениями, которая направлена на развитие всех физических качеств	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				16неделя					
				16неделя					
				16неделя					
14	Общая физическая подготовка (ловкость, гибкость)			16неделя			система занятий физическими упражнениями, которая направлена на развитие	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				16неделя					
				16неделя					
				16неделя					

				16неделя			всех физических качеств		
--	--	--	--	----------	--	--	-------------------------	--	--

Календарно-тематическое планирование по ФВ для 10-х классов 3 четверть ШГ№4 Учитель:ТищенкоИ.А

№ урока	Тема урока	К-во ч. план	Класс	День недели	Дата проведения		Тип, вид урока	Домашнее задание.	Примечание
					План	Факт			
	Баскетбол, Волейбол, Гимнастика Освоение индивидуальной техники защиты								
1	Разучивание техники индивидуальной защиты Вырывание и выбивание мяча			17неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				17неделя					
				17неделя					
				17неделя					
				17неделя					
2	Совершенствование техники индивидуальной защиты Перехват мяча.			17неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				17неделя					
				17неделя					
				17неделя					
				17неделя					
3	Выполнение техники нормативов индивидуальной защиты			18неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				18неделя					
				18неделя					
				18неделя					
				18неделя					
	Закрепление техники владения мячом, перемещением								
4	Разучивание пройденных элементов Ловля, передача, повороты и броски мяча			18неделя			Урок закрепления материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				18неделя					
				18неделя					
				18неделя					
				18неделя					
5	Совершенствование техники пройденных элементов Ловля, передача, повороты и броски в движении			19неделя			Урок закрепления знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				19неделя					
				19неделя					
				19неделя					
				19неделя					
6	Выполнение техники пройденных элементов			19неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				19неделя					
				19неделя					
				19неделя					
				19неделя					

				19неделя					
	Овладение игрой комплексное воспитание физических качеств								
7	Выполнение техники игры двусторонняя Игра по упрощенным правилам мини – баскетбола			20неделя			Игровой урок	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				20неделя					
				20неделя					
				20неделя					

8	Выполнение физических качеств			20неделя			система занятий физическими упражнениями, которая направ- лена на развитие всех физических качеств	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				20неделя					
				20неделя					
				20неделя					
	Волейбол.								
	Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек								
9	Разучивание техники передвижений, поворотов и стоек Стойка игрока: перемещения в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед, в ходьбе и беге			21неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				21неделя					
				21неделя					
				21неделя					
10	Совершенствование передвижений, остановок и стоек Стойка игрока: перемещения в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед, в ходьбе и беге			21неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				21неделя					
				21неделя					
				21неделя					
				21неделя					
	Освоение техники передачи и приема мяча								

11	Разучивание техники передачи и приема мяча Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед; передача мяча над собой			22неделя			Урок изучения нового материала	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				22неделя					
				22неделя					
				22неделя					
12	Совершенствование техники передачи и приема мяча То же через сетку			22неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания.	
				22неделя					
				22неделя					
				22неделя					

				22неделя					Бег 500-1000 м	
				22неделя						
	Закрепление техники владения мячом									
13	Выполнение техники двусторонней игры Игра по правилам			23неделя				Игровой урок	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				23неделя						
				23неделя						
				23неделя						
				23неделя						
	Гимнастика Освоение строевых упражнений									
14	Разучивание строевых упражнений Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением из колонны по два и по четыре в колонну по одному разведением и слиянием; строевой шаг смыкание на месте			23неделя				Урок изучения нового материала	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				23неделя						
				23неделя						
				23неделя						
				23неделя						
15	Совершенствование строевых упражнений Команды: «пол-оборота направо», «пол-оборота налево», «короче шаг», «Пол шага», «прямо»; повороты в движении			24неделя				Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				24неделя						
				24неделя						
				24неделя						
				24неделя						
	Освоение висов и упоров									

16	Разучивание техники висов и упоров Мальчики : висы согнувшись и прогнувшись; подтягивание в висе; поднятие прямых ног в висе; Девочки : Смешанные висы; подтягивание из виса лежа			24неделя				Урок изучения нового материала	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				24неделя						
				24неделя						
				24неделя						
				24неделя						
17	Совершенствование техники висов и упоров То же			25неделя				Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				25неделя						
				25неделя						
				25неделя						
				25неделя						
	Освоение акробатических упражнений									
18	Разучивание техники акробатических упражнений Мальчики: махом одной и толчком другой; подъем переворотом в упор; махом назад соскок; сед ноги			25неделя				Урок изучения нового материала	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа,	
				25неделя						
				25неделя						

	врозь; из седа на бедре соскок с поворотом Девочки: наскок прыжком в упор на нижнюю жердь; соскок с поворотом;размахивание с изги- бом; вис лежа; вис присев			25неделя				пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				25неделя					
				25неделя					
19	Совершенствование техники акробатических упражнений То же			26неделя			Урок совершен- ствования зна- ний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				26неделя					
				26неделя					
				26неделя					
				26неделя					
20	Выполнение нормативов техники акробатических упражнений			26неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				26неделя					
				26неделя					
				26неделя					
				26неделя					

Календарно-тематическое планирование по ФВ для 10-х классов 4 четверть ШГ№4 Учитель:ТищенкоИ.А.

№ урока	Тема урока	К-во ч. план	Класс	День недели	Дата проведения		Тип, вид урока	Домашнее задание.	Примечание
					План	Факт			
	Легкая атлетика, кроссовая подготовка.								
1	Разучивание техники бега кроссовой дистанции Высокий старт ,бег на 300м			27неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				27неделя					
				27неделя					
				27неделя					
				27неделя					
2	Совершенствование техники кроссовой дистанции Бега на 300-400м			27неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				27неделя					
				27неделя					
				27неделя					
				27неделя					
3	Выполнение техники норматива кроссовой дистанции Бег на 500м			28неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				28неделя					
				28неделя					
				28неделя					
				28неделя					
	Овладение техникой спринтерского бега								
4	Разучивание техники спринтерского бега Низкий старт ,бег на отрезках 30-40м(со старта, с ускорением).			28неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				28неделя					
				28неделя					
				28неделя					
5	Совершенствование техники спринтерского бега Бег на отрезках 30-40м с ускорением. Скоростной бег на отрезках до 40м.			29неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				29неделя					
				29неделя					
				29неделя					
				29неделя					
6	Выполнение норматива бега Бег на 60м на результат с низкого старта.			29неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				29неделя					
				29неделя					
				29неделя					
				29неделя					
	Овладение техникой длительного бега								
7	Разучивание техникой длительного бега Бег с умеренной интенсивностью 10-12 минут			30неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания.	
				30неделя					
				30неделя					
				30неделя					

				30неделя				Бег 500-1000 м	
8	Совершенствование техникой длительного бега Бег на 1000м			30неделя			.Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				30неделя					
				30неделя					
				30неделя					
				30неделя					
9	Выполнение норматива бега 1000м Бег на 1000м на результат			31неделя			Выполнение норматива на оценку.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				31неделя					
				31неделя					
				31неделя					
				31неделя					
Овладение техникой прыжка в длину способом «согнув ноги»									
10	Разучивание техники прыжка в длину с разбега Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега			31неделя			Урок изучения нового материала.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				31неделя					
				31неделя					
				31неделя					
				31неделя					
11	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега Прыжки в длину 7-9 шагов разбега			34неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков.	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				34неделя					
				34неделя					
				34неделя					
				34неделя					
12	Выполнение техники норматива прыжка в длину Прыжок с места на результат			34неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				34неделя					
				34неделя					
				34неделя					
				34неделя					
Овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность									

13	Разучивание метания малого мяча на дальность Метание малых мячей в горизонтальные и вертикальные цели с расстояния 10-14 м			35неделя			Урок изучения нового материала	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				35неделя					
				35неделя					
				35неделя					
				35неделя					

14	Совершенствование метания малого мяча на дальность Метание малых мячей на дальность с 5-6 шагов разбега			35неделя			Урок совершенствования знаний умений, навыков	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				35неделя					
				35неделя					
				35неделя					
				35неделя					
15	Выполнение техники норматива на дальность Метание малого мяча на результат			36неделя			Выполнение норматива на оценку	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				36неделя					
				36неделя					
				36неделя					
				36неделя					
16	Общая физическая подготовка(быстрота, ловкость, Сила, выносливость, скорость)			36неделя			система занятий физическими упражнениями, которая направлена на развитие всех физических качеств	Утренняя зарядка, Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, пресс, подтягивания. Бег 500-1000 м	
				36неделя					
				36неделя					
				36неделя					
				36неделя					

