

Календарно - тематическое планирование 8 А класс

1 четверть - 27 часов

Легкая атлетика (Л/А) - 9 часов

Общая физическая подготовка (ОФП) – 9 часов

Баскетбол (Б) - 1 час

Волейбол (В) - 4 часа

Футбол (Ф) - 4 часа

№	Наименование раздела про- граммы	Тема урока	дата	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся	Д/з
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Легкая атлети- ка. Л/А	Инструктаж по ТБ на уроках физиче- ской культуры. Спринтерский бег, низкий старт	01.09	Изучение нового ма- териала	Инструктаж по ТБ на уро- ках физической культуры. специальные беговые и прыжковые упражнения	Уметь правильно вы- полнять специальные упражнения	Учить прави- ла Т.Б
2	Легкая атлети- ка. Л/А	Бег на короткие дис- танции	03.09	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Бег на 30 м, 60 м. Старто- вый разгон, финиширова- ние.	Уметь быстро пробе- гать короткие дистан- ции	
3	Футбол Ф	Футбол	04.09	Комплексный	ТБ при игре в футбол. Правила игры. Стойка и передвижение игрока. Развитие координацион- ных качеств.	Уметь перемещаться по площадке с ведением мяча ногами	Оценка тех- ники выпол- нения.
4	Легкая атлети- ка. Л/А	Спринтерский бег, низкий старт	08.09	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Низкий старт до 10-15м, бег с ускорением 50-60м, специальные беговые и прыжковые упражнения, развитие скоростных ка- честв. Эстафеты.	Уметь пробегать с мак- симальной скоростью 60м с низкого старта	ОРУ
5	Легкая атлети- ка.	Развитие выносли- вости в беге на	10.09	Изучение нового ма- териала. Совершен-	Инструктаж по ТБ Метание малого мяча с	Уметь бегать в равно- мерном темпе до 10	ОРУ

	Л/А	длинные дистанции. Метание малого мяча		ствование	шага на дальность. Равномерный бег до 1 км.	мин.	
6	Футбол Ф	Футбол	11.09	Текущий	Инструктаж по ТБ Изучение и совершенствование передачи мяча друг другу. Развитие быстроты. Игра в футбол	Уметь распасовывать мяч	
7	Легкая атлетика. Л/А	Прыжок в длину с разбега	15.09	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Подбор разбега для толчковой ноги, техника прыжка с разбега	Уметь вкладывать массу тела в бросок мяча. Уметь бегать в равномерном темпе до 10 мин.	Техника метания
8	Легкая атлетика. Л/А	Развитие выносливости в беге на длинные дистанции. Метание малого мяча	17.09	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Метание малого мяча Равномерный бег до 2 км. Игры с мячом	Уметь бегать в равномерном темпе до 10 мин. Метание мяча на дальность мальчики- «5»-34, «4»-29, «3»-23; девочки- «5»-21, «4»-17, «3»-14	ОРУ с малыми мячами
9	Футбол Ф	Футбол	18.09	Изучение и совершенствование передачи мяча друг другу. Развитие быстроты. Игра в футбол	Инструктаж по ТБ Уметь играть в спортивные игры	Текущий	
10	Легкая атлетика. Л/А	Бег на средние дистанции	22.09	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Распределение силы на дистанцию 400, 800м.	Уметь правильно метать мяч на дальность. Уметь бегать в равномерном темпе до 15 мин.	Техника бега
11	Легкая атлетика. Л/А	Эстафетный бег с передачей палочки	24.09	Контрольный Совершенствование	Инструктаж по ТБ Беговые упражнения на развитие быстроты.	Уметь правильно передавать палочку при выполнении эстафетного бега.	

12	Футбол Ф	Футбол	25.09	Набивание мяча. Развитие быстроты и ловкости. Игра.	Инструктаж по ТБ Уметь выполнять передачи друг другу, играть в нападении и защите		
13	Легкая атлетика. Л/А	Кроссовая подготовка.	29.09	Контрольный. Совершенствование	Инструктаж по ТБ Бег 1000м на результат Уметь метать мяч в вертикальную цель	мальчики – «5» - 5.00, «4» - 5.25, «3» - 5.50; девочки – «5» - 5.25, «4» - 5.50. «3» - 6.15.	ОРУ
14	Общая физическая подготовка ОФП	Прыжок в длину с места	01.10	Изучение нового материала	Инструктаж по ТБ Обучение отталкиванию в прыжке в длину с места. ОРУ. Специальные прыжковые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств	Уметь прыгать в длину с места Мальчики- «5»-160, «4»-151, «3»-141; девочки- «5»-149, «4»-139, «3»-127.	Техника выполнения прыжка в длину с места
15	Волейбол В	Волейбол	02.10	Контрольный	Инструктаж по ТБ Верхняя передача мяча. Совершенствование нижней прямой подачи. Развитие быстроты. Игра в волейбол.	Уметь выполнять нижнюю прямую подачу.	Оценка техники выполнения верхней передачи мяча.
16	Общая физическая подготовка ОФП	Броски в цель. Челночный бег.	06.10	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Обучение мягкому приземлению в прыжке в длину с места. ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь прыгать в длину с места	Техника выполнения прыжка в длину с места
17	Общая физическая подготовка ОФП	Прыжок со скакалкой	08.10	Контрольный	Инструктаж по ТБ ОРУ. Специальные прыжковые упражнения. Прыжки со скакалкой.		Скакалка 50 раз

18	Волейбол В	Волейбол	09.10	Комплексный	Инструктаж по ТБ Совершенствование нижней прямой подачи. Нижний приём мяча. Игра в волейбол.	Уметь выполнять нижний приём мяча.	Текущий
19	Общая физическая подготовка ОФП	Упражнения на развитие ловкости	13.10	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Обучение перепрыгиванию через препятствия.	Уметь выполнять правильные движения	Техника выполнения
20	Общая физическая подготовка ОФП	Упражнения на силовую выносливость	15.10	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Обучение упражнениям на силовую выносливость.	Уметь выполнять правильно упражнения	Техника выполнения
21	Волейбол В	Волейбол	16.10	Комплексный	Инструктаж по ТБ Совершенствование нижней прямой подачи. Нижний приём мяча. Игра в волейбол.	Уметь выполнять нижний приём мяча.	ОРУ
22	Общая физическая подготовка ОФП Уплотнение 22 и 25	Прыжковые упражнения на скамейке Бросок набивного мяча из – за головы сидя.	20.10	Контрольный	Инструктаж по ТБ Прыжковые упражнения в движении. ОРУ.	Уметь выполнять упражнения в движении	Техника прыжка через скамейку.
23	Общая физическая подготовка ОФП Уплотнение 23 и 26	Эстафетный бег. Подтягивание и отжимание	22.10	Комплексный	Инструктаж по ТБ Эстафеты с предметами и без.	Уметь выполнять упражнения в движении	ОРУ
24	Волейбол В Баскетбол Б Уплотнение 24 и 27	Волейбол Баскетбол Подведение итогов 1 четверти	23.10	Контрольный	Инструктаж по ТБ Нижний приём мяча. Совершенствование навыков игры в волейбол. Развитие скорости и точности.	Уметь выполнять нижнюю прямую подачу и принимать мяч.	Оценка техники нижнего приёма мяча.
25	Общая физическая подготовка	Бросок набивного мяча из – за головы	27.10	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Работа с набивными мя-	Тест	

	товка ОФП	сидя.			чами. Броски сидя из- за головы.		
26	Общая физи- ческая подго- товка ОФП	Подтягивание и от- жимание	29.10	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Упражнения на развитие силы	Уметь выполнять уп- ражнения в движении	
27	Баскетбол Б	Баскетбол Подведение итогов 1 четверти	30.10	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Элементы баскетбола.	Уметь выполнять уп- ражнения в движении	Знать правила игры
2 четверть - 21 час Гимнастика (Г) - 14 часов Волейбол (В) - 2 часа Баскетбол (Б) - 5 часов							
28	Гимнастика Г	Инструктаж по ме- рам безопасности на уроках физической культуры. Строевые приёмы, перестрое- ния. Висы.	10.11	Изучение нового ма- териала	Инструктаж по ТБ на уро- ках гимнастики. Перестроение из колонны по одному. ОРУ без пред- метов на месте. Значение гимнастических упражне- ний для сохранения пра- вильной осанки.	Уметь выполнять ком- бинацию из разученных элементов, строевые упражнения	ОРУ
29	Гимнастика Г	Строевые приёмы, перестроения. Висы. Силовые упражне- ния.	12.11	Комплексный	Инструктаж по ТБ Вис согнувшись, вис про- гнувшись (мальчики), смешанные висы (девоч- ки). Подтягивание в висе. Развитие силовых способ- ностей.	Уметь выполнять ком- бинацию из разученных элементов, строевые упражнения	Упражнения на растяжку
30	Баскетбол Б	Баскетбол	13.11	Комплексный	Инструктаж по ТБ Баскетбол по упрощенным правилам	Уметь играть по прави- лам	
31	Гимнастика Г	Строевые приёмы, перестроения. Висы и упоры	17.11	Комплексный	Инструктаж по ТБ ОРУ без предметов на месте. Подтягивание в ви-	Уметь выполнять ком- бинацию из разученных элементов, строевые	ОРУ

					се. Развитие силовых способностей.	упражнения	
32	Гимнастика Г	Из упора присев – упор лежа	19.11	Контрольный	Инструктаж по ТБ Перестроение. Тестовое задание Из упора присев – упор лежа. Из упора лежа – выпрыгивание вверх.	Мальчики: «5» - 6; «4» - 4; «3» - 3. Девочки: «5» - 15; «4» - 12; «3» - 8 14.11	Подтягивание
33	Баскетбол Б	Баскетбол	20.11	Комплексный	Инструктаж по ТБ Упражнения с гантелями, набивными мячами. Игры с мячом.	Уметь передвигаться по площадке	
34	Гимнастика Г	Строевые приёмы. Опорный прыжок.	24.11	Изучение нового материала	Инструктаж по ТБ Перестроение из колонны по два в колонну по одному. ОРУ с предметами на месте. Вскок в упор присев. Развитие силовых способностей	Уметь выполнять опорный прыжок, строевые упражнения	
35	Гимнастика Г	Строевые приёмы. Опорный прыжок.	26.11	Комплексный	Инструктаж по ТБ ОРУ с предметами на месте. Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись	Уметь выполнять опорный прыжок, строевые упражнения	
36	Баскетбол Б	Баскетбол	27.11	Комплексный	Инструктаж по ТБ Упражнения с б/м. Передачи и ловля мяча.. Игры с мячом.	Уметь передвигаться по площадке	
37	Гимнастика Г	Строевые приёмы. Опорный прыжок.	01.12	Комплексный	Инструктаж по ТБ Перестроение из колонны по два в колонну по одному разведением и слиянием по восемь в движении. ОРУ с предметами на месте. Вскок в упор присев.	Уметь выполнять опорный прыжок, строевые упражнения	

					Соскок прогнувшись. Развитие силовых способностей		
38	Гимнастика Г	Строевые приёмы. Опорный прыжок.	03.12	Контрольный	Инструктаж по ТБ Перестроение из колонны по два в колонну по одному разведением и слиянием по восемь в движении. ОРУ с предметами на месте. Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись. Развитие силовых способностей	Уметь выполнять опорный прыжок, строевые упражнения	Техника выполнения опорного прыжка
39	Баскетбол Б	Баскетбол	04.12	Комплексный	Инструктаж по ТБ ОРУ в движении. Упражнения в парах с баскетбольными мячами. Броски в кольцо.	Уметь выполнять передачи разными способами, тактика бросков по кольцу.	ОРУ
40	Гимнастика Г	Акробатика	08.12	Изучение нового материала	Инструктаж по ТБ Строевой шаг. Кувырок вперёд. Эстафеты. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей	Уметь выполнять кувырок вперёд	
41	Гимнастика Г	Акробатика	10.12	Комплексный	Инструктаж по ТБ Кувырок вперёд и назад. Эстафеты. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей	Уметь выполнять кувырок вперёд и назад	
42	Баскетбол Б	Баскетбол	11.12	Игровой	Инструктаж по ТБ Строевые упражнения, развитие силовых качеств, работа в защите и нападении в баскетболе.	Уметь обводить соперника, не потеряв мяч, защищать кольцо.	
43	Гимнастика	Акробатика	15.12	Комплексный	Инструктаж по ТБ	Уметь выполнять ку-	

	Г				Кувырок вперёд и назад. Стойка на лопатках. Эстафеты. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей	вырок вперёд и назад, стойку на лопатках	
44	Гимнастика Г	Акробатика	17.12	Контрольный	Инструктаж по ТБ Кувырок вперёд и назад. Стойка на лопатках. Эстафеты. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей	Уметь выполнять кувырки, стойку на лопатках	Техника выполнения кувырка вперёд и назад, стойки на лопатках
45	Волейбол В	Волейбол	18.12	Комплексный	Инструктаж по ТБ Перемещения по площадке с мячом и без, передачи друг другу, ловля мяча.	Уметь передвигаться по площадке, передавать друг другу мяч, ловить без падений.	
46	Гимнастика Г	Лазание по канату	22.12	Комплексный	Инструктаж по ТБ Правила ТБ при лазании по канату. Лазание по канату.	Уметь лазать по канату	
47	Гимнастика Г	Лазание по канату	24.12	Комплексный	Инструктаж по ТБ Лазание по канату. Развитие силовой выносливости. Упражнения в висах и упорах.	Уметь лазать по канату	
48	Волейбол В	Волейбол Подведение итогов 2 четверти	25.12	Комплексный	Инструктаж по ТБ Учебная игра в волейбол	Уметь передвигаться по площадке, передавать друг другу мяч, ловить без падений.	

3 четверть - 29 часов
Лыжная подготовка (Л/П) - 14 часов
Общая физическая подготовка (ОФП) - 5 часов
Баскетбол (Б) - 2 часа
Подвижные игры (П/И) - 7 часов
Пионербол (П) - 1 час

49	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	12.01	Комплексный	Правила ТБ на уроках по лыжной подготовке. Значение лыжной подготовки для здоровья человека. Подбор инвентаря. Совершенствование скользящего шага.	Уметь передвигаться на лыжах.	
50	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	14.01	Совершенствование ЗУН	Инструктаж по ТБ Правила переноски лыж. Совершенствование техники лыжных ходов на дистанции 1 км, передвижение по учебному кругу.	Уметь передвигаться на лыжах.	
51	Подвижные игры П/И	Игры на улице	15.01	Комплексный	Инструктаж по ТБ Игровые задания на улице	Уметь выполнять упражнения в движении	
52	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	19.01	Совершенствование ЗУН	Инструктаж по ТБ Передвижение по учебному кругу, совершенствование техники попеременного двухшажного хода. ПИ «Кто дальше». Спуск с пологого склона.	Уметь передвигаться на лыжах.	Техника передвижения на лыжах
53	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	21.01	Совершенствование ЗУН	Инструктаж по ТБ Одновременный ход и его разновидности. Совершенствование техники одновременного хода на дистанции по пересечённой местности. Преодоление пологих подъёмов «ёлочкой».	Уметь передвигаться на лыжах.	Техника одновременного хода
54	Подвижные игры П/И	Игры на лыжах	22.01	Комплексный	Инструктаж по ТБ Эстафеты и игры на лыжах	Уметь выполнять упражнения в движении	

55	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	26.01	Комплексный	Инструктаж по ТБ Оказание помощи при травмах. Прохождение дистанции 1.5 км с ускорениями на равнинных участках.	Уметь передвигаться на лыжах.	Техника передвижения
56	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	28.01	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Подвижные игры на лыжах, эстафеты с элементами преодоления спусков и подъёмов. Закрепление техники преодоления склонов.	Уметь передвигаться на лыжах.	
57	Подвижные игры П/И	Игры на склоне санки, лыжи	29.01	Комплексный	Инструктаж по ТБ Эстафеты и игры на лыжах, санях	Уметь выполнять упражнения в движении	
58	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	02.02	Комплексный	Инструктаж по ТБ Совершенствование техники изученных ходов. Основы горнолыжной подготовки: торможение на склоне, повороты, проезд через «коридор».	Уметь передвигаться на лыжах по склону	Техника спусков
59	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	04.02	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Преодоление дистанции 1.5 км по пересечённой местности со средней скоростью без учёта времени. Подъём по склону «лесенкой и ёлочкой».	Уметь передвигаться на лыжах.	
60	Подвижные игры П/И	Игры на улице с клюшками и мячом	05.02	Комплексный	Инструктаж по ТБ Игры на улице с клюшками и мячом	Уметь выполнять упражнения в движении	
61	Лыжная подготовка	Передвижение на лыжах	09.02	Комплексный	Инструктаж по ТБ История возникновения	Уметь передвигаться на лыжах.	

	Л/П				ОД и лыжного спорта на ОИ. Преодоление дистанции 1 км . ПИ «с горки на горку», эстафеты на лыжах.		
62	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	11.02	Комплексный	Инструктаж по ТБ Контроль выполнения спуска по склону, поворотов, торможения. Передвижение по дистанции 1км, чередуя различные виды хода.	Уметь передвигаться на лыжах по склону	
63	Подвижные игры П/И	Игра учебная в хоккее	12.02	Комплексный	Игры на коньках Инструктаж по ТБ	Уметь выполнять упражнения в движении	
64	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	16.02	Совершенствование ЗУН	Инструктаж по ТБ Правила лыжных соревнований. Прохождение дистанции 2км в равномерном темпе. Спуск со склонов.	Уметь передвигаться на лыжах по склону	
65	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	18.02	Совершенствование ЗУН	Инструктаж по ТБ Преодоление дистанции с выполнением заданий в соответствии с рельефом местности. ПИ «снежный биатлон»	Уметь передвигаться на лыжах по склону	
66	Подвижные игры П/И	Игры с бегом и прыжками на улице	19.02	Комплексный	Игры на лыжах и санках Инструктаж по ТБ	Уметь выполнять упражнения в движении	
67	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	25.02	Комплексный	Инструктаж по ТБ Совершенствование техники спуска по склону, выполнение поворотов на склоне, торможение	Уметь передвигаться на лыжах по склону	

					«плугом». Выполнение падения набок.		
68	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	26.02	Комплексный	Инструктаж по ТБ Передвижение по пологому склону, преодоление подъёмов «лесенкой» и «ёлочкой». Спуск по склону через ворота с изменением направления движения.	Уметь передвигаться на лыжах по склону	
69	Подвижные игры П/И	Игры на внимание	02.03	Комплексный	Игры на лыжах и санках Инструктаж по ТБ	Уметь выполнять упражнения в движении	
70	Общая физическая подготовка ОФП	ОФП в зале	04.03	Комплексный	Инструктаж по ТБ Строевые упражнения. Бег с различными заданиями. Силовая тренировка.	Уметь выполнять упражнения	
71	Общая физическая подготовка ОФП	Упражнения на координацию	05.03	Комплексный	Инструктаж по ТБ Упражнения на координацию на гимнастической стенке и скамейке.	Уметь выполнять упражнения	
72	Баскетбол Б	Баскетбол	09.03	Комплексный	Инструктаж по ТБ Отработка техники броска по кольцу	Знать технику попадания	
73	Общая физическая подготовка ОФП	Беговые и прыжковые упражнения	11.03	Комплексный	Инструктаж по ТБ Бег из разных исходных положений. Прыжковая разминка. Эстафеты со скакалками.	Уметь выполнять упражнения	Беговые упражнения
74	Общая физическая подготовка ОФП	Упражнения на развитие быстроты	12.03	Комплексный	Инструктаж по ТБ ОРУ без предметов, ускорения с заданиями, отработка быстроты.	Уметь выполнять упражнения	
75	Пионербол	Пионербол	16.03	Комплексный	Инструктаж по ТБ	Уметь перебрасывать и	

	П				Отработка передач и лов- ли мяча	ловить мяч	
76	Баскетбол Б	Баскетбол	18.03	Комплексный	Работа в парах.	Уметь давать передачи друг другу	
77	Общая физи- ческая подго- товка ОФП	Упражнения на си- ловую выносливость Подведение итогов 3 четверти	19.03	Комплексный	Инструктаж по ТБ Правильно выполнять уп- ражнения на силовую вы- носливость.	Уметь выполнять уп- ражнения	
4 четверть - 25 часов Баскетбол (Б) - 7 часов Футбол (Ф) - 4 часа Легкая атлетика (Л/А) - 8 часов Подвижные игры (П/И) - 6 часов							
78	Баскетбол Б	Баскетбол	30.03	Комплексный	Инструктаж по ТБ Ведение мяча на месте и в движении, эстафеты с баскетбольными мячами	Уметь использовать элементы баскетбола в игре..	Правила игры
79	Футбол Ф	Футбол	01.04		Инструктаж по ТБ Правила игры в мини- футбол	Уметь играть по прави- лам.	Правила игры
80	Баскетбол Б	Баскетбол	02.04	Изучение нового ма- териала	Инструктаж по ТБ Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте. Остановка прыж- ком. Ловля мяча двумя руками и передача от гру- ди двумя руками на месте в парах. Правила ТБ при игре в баскетбол.	Уметь выполнять веде- ние и передачу мяча двумя руками от груди.	Техника пере- движений по площадке
81	Баскетбол Б	Баскетбол	06.04	Комплексный	Инструктаж по ТБ Развитие координацион- ных качеств. Терминоло- гия баскетбола	Уметь выполнять веде- ние и передачу мяча двумя руками от груди.	
82	Подвижные	Подвижные игры	08.04	Игры со скакалкой и	Инструктаж по ТБ	Уметь выполнять уп-	

	игры П/И			обручем	Игры со скакалкой и обручем	ражнения в движении	
83	Баскетбол Б	Баскетбол	09.04	Комплексный	Инструктаж по ТБ Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками и передача от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы . Развитие координационных качеств.	Уметь выполнять ведение и передачу мяча двумя руками от груди в тройках.	
84	Баскетбол Б	Баскетбол	13.04	Комплексный	Инструктаж по ТБ Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча в движении шагом.. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте в круге. Бросок двумя руками. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств	Уметь играть в баскетбол по упрощённым правилам,	Техника ловли и передач
85	Подвижные игры П/И	Подвижные игры	15.04	Игры на пространственную ориентировку	Инструктаж по ТБ Игры на пространственную ориентировку	Уметь выполнять упражнения в движении	
86	Баскетбол Б	Баскетбол	16.04	Изучение нового материала	Инструктаж по ТБ Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками снизу в движении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Терминология баскетбола.	Уметь играть в баскетбол по упрощённым правилам, выполнять	

87	Баскетбол Б	Баскетбол	20.04	Комплексный	Инструктаж по ТБ Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. Бросок двумя руками снизу в движении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	Уметь играть в баскетбол по упрощённым правилам, выполнять технические действия	Техника ведения мяча
88	Футбол Ф	Мини-футбол	22.04	Изучение нового материала	Инструктаж по ТБ Меры ТБ на занятиях мини-футболом. Правила игры. Расстановка игроков. Ввод мяча в игру. Передача мяча в парах. Движение с мячом. Тактика игры в мини-футбол.	Знать меры ТБ. Уметь двигаться с мячом и делать передачу.	Правила Т.Б
89	Футбол Ф	Футбол	23.04	Комплексный	Инструктаж по ТБ Правила игры в мини-футбол. Передвижение с мячом, способы обвода препятствий. Выполнение передачи мяча партнёру. Правила выполнения штрафных ударов. Игра по упрощённым правилам	Уметь двигаться с мячом и делать передачу.	Техника выполнения штрафного
90	Футбол Ф	Футбол	27.04	Комплексный	Инструктаж по ТБ Правила игры в мини-футбол. Передвижение с мячом, способы обвода препятствий. Выполнение передачи мяча партнёру. Правила выполнения штрафных ударов. Игра по упрощённым правилам	Уметь двигаться с мячом и делать передачу.	Правила игры

91	Подвижные игры П/И	Подвижные игры	29.04	Игры на развитие ловкости и наблюда- тельности	Инструктаж по ТБ Игры на развитие ловко- сти и наблюдательности	Уметь выполнять уп- ражнения в движении	
92	Лёгкая атлети- ка Л/А	Спринтерский бег, эстафетный бег	30.04	Изучение нового ма- териала	Инструктаж по ТБ Низкий старт до 10-15м, бег с ускорением 30-40м, встречная эстафета, спе- циальные беговые и прыжковые упражнения, развитие скоростных ка- честв.	Уметь пробегать с мак- симальной скоростью 60м с низкого старта	Беговые уп- ражнения
93	Лёгкая атлети- ка Л/А		04.05	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Эстафеты. Влияние лёгко- атлетических упражнений на здоровье	Уметь пробегать с мак- симальной скоростью 60м с низкого старта	Техника низ- кого старта
94	Подвижные игры П/И	Подвижные игры	06.05	Игры с бегом и прыжками	Инструктаж по ТБ Игры с бегом и прыжками	Уметь выполнять уп- ражнения в движении	
95	Лёгкая атлети- ка Л/А	Бег на короткие дис- танции	07.05	Контрольный	Инструктаж по ТБ Бег 60 м с низкого старта. Специальные беговые, прыжковые упражнения. Развитие скоростных ка- честв. Эстафеты.	Уметь пробегать с мак- симальной скоростью 60м с низкого старта	Команды
96	Лёгкая атлети- ка Л/А	Бег на средние дис- танции	11.05	Изучение нового ма- териала	Инструктаж по ТБ Бег 60 м с препятствиями. Барьерный бег Специа- льные беговые, прыжковые упражнения.	Уметь преодолевать препятствия.	Техника пре- одоления препятствий
97	Подвижные игры П/И	Подвижные игры	13.05	Игры на выбивание цели	Инструктаж по ТБ Выполнение заданий.	Уметь выполнять уп- ражнения в движении	
98	Лёгкая атлети- ка	Развитие выносли- вости в беге на	14.05	Совершенствование ЗУН	Инструктаж по ТБ Равномерный бег до 1 км.	Уметь бегать в равно- мерном темпе до 10	

	Л/А	длинные дистанции.				мин.	
99	Лёгкая атлетика Л/А	Метание малого мяча	18.05	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Метание малого мяча с шага способом «из-за спины через плечо» из положения крестного шага на дальность	Уметь вкладывать массу тела в бросок мяча.	
100	Подвижные игры П/И	Подвижные игры	20.05	Игры на развитие быстроты	Инструктаж по ТБ Выполнение заданий.	Уметь выполнять упражнения в движении	
101	Лёгкая атлетика Л/А	Прыжки в длину с разбега	21.05	Контрольный Совершенствование	Инструктаж по ТБ При прыжках в длину с разбега	Уметь прыгать в длину с разбега	
102	Лёгкая атлетика Л/А	Кроссовая подготовка. Подведение итогов года	25.05	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Беговые и прыжковые упражнения. Равномерный бег до 2 км.	Уметь метать , бегать на выносливость	

Распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре в 8А классах по четвертям

темы	по раб. программе	Проведено часов				
		I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	год
		по прогр.	по прогр.	по прогр.	по прогр.	по прогр.
1. Основы знаний о физической культуре		На каждом уроке				
2. Гимнастика с элементами акробатики	14	-	14	-	-	14
3. Легкая атлетика	17	9	-	-	8	17
4. Лыжная подготовка	14	-	-	14	-	14
5. Спортивная игра баскетбол	15	1	5	2	7	15
6. Спортивная игра пионербол	1	-	-	1	-	1
7. Спортивная игра волейбол	6	4	2	-	-	6
8. Спортивная игра футбол	8	4	-	-	4	8
9. Подвижные игры	13	-	-	7	6	13

10. Общая физическая подготовка	14	9	-	5	-	14
ВСЕГО ЧАСОВ	102	27	21	29	25	102