

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа ст. Советской  
Советского района Ростовской области



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

на 2020 – 2021 учебный год

по физической культуре

Уровень образования (класс) основное общее, 9 класс

Общее количество часов 70

Количество часов в неделю 2

Учителя физической культуры **Петров Николай Владимирович**

**Юрова Мария Николаевна**

Программа разработана на основе «Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов» (В. И. Лях,  
А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2013,

2020год

### **Пояснительная записка**

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» является частью Основной образовательной программы основного общего образования МБОУ Советской СОШ, утверждённой Приказом директора школы от 28.08.2020 г. № 122 и составлена на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года № 273-ФЗ (с изменениями);
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 г. № 1897 (с изменениями);
- Учебный план на 2020-2021 учебный год МБОУ Советской СОШ, утверждённый Приказом директора школы от 28.08.2020 г. № 121;
- Положение о рабочей программе учебных курсов, предметов, дисциплин учителя-предметника Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средняя общеобразовательная школа ст. Советской Советского района Ростовской области (Приказ № 120 от 26.06.2018г.);
- «Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2013).
- УМК: учебник: Физическая культура 8-9 классы, В.И.Лях «Просвещение» 2016г.

#### **Изучение физической культуры в 9 классе направлено на достижение следующих целей:**

- 1.рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы её развития, характеризовать основные направления и формы её организации в современном обществе;
- 2.характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- 3.определять базовые понятия и термины физической культуры применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- 4.разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи и рационально планировать режим дня и учебной недели:

.В направлении личностного развития:

1. владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;  
владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и пере напряжения средствами физической культуры;
2. владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности.
3. способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;
4. способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
5. владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.
6. умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
7. умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;
8. умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.
9. красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и передвижений;
10. хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;
11. культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.
12. владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
13. владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
14. владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.
15. владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
16. владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
17. умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

## 2. В метапредметном направлении :

1. понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
2. понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долговую сохранность творческой активности;
3. понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения.
4. бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
5. уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.
6. добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий;
7. рациональное планирование учебной деятельности, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;
8. поддержание оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активное использование занятий физической культурой для профилактики психического и физического утомления.
9. восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья;
10. понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью;
11. восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.
12. владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;
13. владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;
14. владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.
15. владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения;
16. владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

17. владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

### 3. В предметном направлении :

1. знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.
2. умение оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения
3. способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.;

#### **Для достижения поставленных целей в 9 классе необходимо решение следующих задач:**

1. укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
2. формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
3. освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
4. обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
5. усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями

#### **Планируемые результаты освоения учебного предмета «Физическая культура»**

##### **Предметные результаты.**

##### **1\_«Основы знаний»\_1**

учащиеся научатся:

Приёмам закаливания.

Приёмам самоконтроля при занятиях физическими упражнениями.

Основам обучения и самообучения двигательным действиям.

Научатся приёмам оказания первой медицинской помощи при травмах и ушибах.

Учащиеся получают возможность узнать:

Получат возможность узнать об истории возникновения и развития Олимпийского движения в России.

О влиянии возрастных особенностей на физическое развитие и физическую подготовленность.

2. «Спортивная игра. Волейбол».

Учащиеся научатся:

Передачам мяча сверху через себя.

Нижней прямой подаче.

Приемам мяча от сетки

Приёму мяча с подачи.

Учащиеся получают возможность научиться:

Тактическим действиям в нападении и защите.

Владению знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма,

Способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры,

Основным правилам игры в волейбол.

3. «Спортивная игра. Баскетбол».

Учащиеся научатся:

Ведению мяча с изменением направления.

Броску одной от плеча в прыжке, штрафному броску.

Ловле и передаче мяча различными способами.

учащиеся получат возможность научиться:

тактическим приёмам игры в нападении и защите.

играть по упрощённым правилам.

управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности

Технике безопасности игры в баскетбол.

#### 4. «Гимнастика».

учащиеся научатся:

Выполнять комбинации из разученных элементов.

Лазать по канату на расстояние.

Прыгать через козла в длину (м), коня в ширину(д).

Выполнять стойку на голове и руках (м), поворот в стойку на одном колене из положения «мост» (д).

учащиеся получат возможность научиться:

рациональному планированию учебной деятельности, умению организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность; поддержанию оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активному использованию занятий физической культурой для профилактики психического и физического утомления.

Восприятию красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формированию физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья;

#### 5. «Легкая атлетика».

учащиеся научатся:

выполнять бег на короткие дистанции с максимальной скоростью;

метать мяч в цель и на дальность.

Выполнять прыжки в длину и высоту на заданный результат.

учащиеся получат возможность научиться:

активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении.

умению максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений .

#### 6. «Кроссовая подготовка»

учащиеся научатся:

1.преодолевать кроссовую дистанцию в 1 км и 2 км. на заданный результат

учащиеся получат возможность научиться:

Способам преодоления горизонтальных и вертикальных препятствий.

. Владению навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;

### **2.Личностные результаты:**

у учащихся будут сформированы:

1. навыки выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;

2. навыки выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;

у учащихся могут быть сформированы:

1. умения максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

### **3 Метапредметные результаты:**

регулятивные

учащиеся научатся:



1. пониманию физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения.;
  2. бережному отношению к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявлению доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
  3. уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
  4. поддержанию оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активное использование занятий физической культурой для профилактики психического и физического утомления;
- учащиеся получают возможность научиться:

1. пониманию культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью;

#### **4. познавательные**

учащиеся научатся:

1. основным направлениям развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;
  2. преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме;
  3. организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;
- учащиеся получают возможность научиться:
1. организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;
  2. организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;

3. осуществлять судейство соревнований по одному из видов спорта, владеть информационными жестами судьи;

### **5. Коммуникативные результаты.**

учащиеся научатся:

1. отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;

2. взаимодействовать и находить общие способы работы; работать в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций, проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий

3. прогнозировать возникновение конфликтов при наличии разных точек зрения;

4. разрешать конфликты на основе учёта интересов и позиций всех участников;

5. координировать и принимать различные позиции во взаимодействии;

6. аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности.

---

Содержание программы по учебному предмету «физическая культура» 9 класс (ФГОС ОО) для 8-9 классов рассчитано на 2 ч. в неделю, в году 68 ч. в связи с праздничными днями количество уроков сокращено до 67 ч. Программа будет выполнена за счёт объединения уроков.

### **Содержание учебного предмета «Физическая культура» 9 класс.**

№ п/п	Раздел предмета	Количество часов на раздел	Формы контроля
----------	-----------------	----------------------------------	----------------

1	<p style="text-align: center;"><b>Основы знаний</b></p> <p>Психические процессы в обучении двигательным действиям.  Совершенствование физических способностей.  Самоконтроль при занятиях физическими упражнениями.  Личная гигиена в процессе занятий физическими упражнениями  Предупреждение травматизма и оказание первой помощи.  История возникновения и развития физической культуры.  Физическая культура и олимпийское движение в России.</p>	В процессе урока	Опрос, наблюдение.
2	<p style="text-align: center;"><b>Спортивные игры ( баскетбол )</b></p> <p>Передачи мяча (одной от плеча, двумя с отскоком от пола, при встречном движении)  Ведение мяча (ведение с изменением направления и обводкой).  Броски мяча (двумя и одной рукой от головы в прыжке, штрафной бросок).  Защитные действия (выбивание и вырывание мяча, держание игрока с мячом)  Нападение (действия трёх нападающих против двух защитников).</p>	12ч.	Опрос, наблюдение, зачёт (по технике выполнения, по физической подготовленности).
3	<p style="text-align: center;"><b>Спортивные игры (волейбол )</b></p> <p>Стойки и перемещения (высокая, средняя, шагом, бегом, приставным шагом, скачком , прыжком).  Передача мяча (двумя руками сверху у сетки, в прыжке через сетку, стоя спиной к цели).  Приём мяча (двумя снизу, с подачи, отражённого сеткой).  Нижняя прямая подача.  Прямой нападающий удар.</p>	13ч.	Опрос, наблюдение, зачёт (по технике выполнения, по физической подготовленности).
4	<p style="text-align: center;"><b>Гимнастика</b></p> <p>Мальчики:  Акробатика (длинный кувырок с трёх шагов разбега, кувырок назад через стойку на руках, стойка на голове и руках).  Брусья (подъём разгибом в сед ноги врозь, размахивание в упоре, соскок махом вперёд с поворотом (наружу)).  Перекладина (подъём переворотом, оборот назад, оборот вперёд в седее «верхом», соскок дугой).  Опорный прыжок (прыжок согнув ноги, козёл в длину, высота 115-120 см.)</p>	14 ч.	Опрос, наблюдение, зачёт (по технике выполнения, по физической подготовленности), тест.

	<p>Кольца (Подъём силой (с помощью), вис согнувшись, вис прогнувшись)</p> <p>Лазание по канату (в два и три приёма, без помощи ног).</p> <p>Девочки:</p> <p>Акробатика («мост», стойка на лопатках, кувырок назад в полушпагат, равновесие, кувырок вперёд в сед углом).</p> <p>Равновесие (из седа ноги врозь, махом назад, упор лёжа, ходьба, прыжки, равновесие, соскок из стойки на одном колене через бревно).</p> <p>Брусья р/в (подъём переворотом на н/ж., круг правой (левой), сед на бедре, сед углом, соскок углом).</p> <p>Опорный прыжок (прыжок боком., конь в ширину, высота 110 см.).</p>		
5	<p style="text-align: center;"><b>Лёгкая атлетика</b></p> <p>Бег (низкий старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование, бег 30,60 м., челночный бег 3 по 10 м.).</p> <p>Прыжки (в длину способом «прогнувшись», высоту способом «перешагивание»)</p> <p>Метание (мяч 150 г., метание в горизонтальную цель и на дальность).</p>	18ч.	Опрос, наблюдение, зачёт (по технике выполнения, по физической подготовленности), тест.
6	<p style="text-align: center;"><b>Кроссовая подготовка</b></p> <p>Бег по пересечённой местности 1000 и 2000 м., высокий старт, бег по дистанции, финиширование, равномерный бег до 15 мин., преодоление препятствий).</p>	12 ч.	Опрос, наблюдение, зачёт (по технике выполнения, по физической подготовленности), тест.

**Календарно-тематическое планирование-9 класс.  
( 2 часа в неделю, всего – 67 часов)**

№ урока	Раздел . тема.	Кол-во Часов	Дата	
			План	Факт
	<b>Лёгкая атлетика 6 ч.</b>			
1	Инструктаж по Т. Б. низкий старт и стартовый разгон. Бег 30 метров	1	02.09	
2.	Низкий старт , бег по дистанции..Челночный бег 3x10 м.	1	07.09	
3.	Низкий старт, финиширование. Метание мяча в цель.	1	09.09	
4	Бег 60 м. на результат. Метание мяча в цель.	1	14.09	
5	Метание мяча на дальность .Прыжок в длину с места и разбега.	1	16.09	
6	Метание мяча на дальность . Прыжки в длину с разбега	1	21.09	
	<b>Кроссовая подготовка 6 ч.</b>			
7	Бег в равномерном темпе до 1000 м преодоление препятствий .Инструктаж по Т.Б.	1	23.09	
8	.Бег 1000 м на результат. Преодоление препятствий.	1	28.09	

9	Бег в равномерном темпе до 1600 м. Подвижные игры.	1	30.09	
10	Бег в равномерном темпе до 1800 м. подвижные игры.	1	05.10	
11	Бег в равномерном темпе до 2000 м. Подвижные игры.	1	07.10	
12	Бег 2000 м., на результат	1	12.10	
<b>Баскетбол 10 ч.</b>				
13	Инструктаж по Т.Б. Передачи с отскоком от пола,. Бросок одной и двумя от головы . Учебная игра	1	14.10	
14	Ведение с изменением направления. Бросок одной и двумя от головы . Учебная игра	1	19.10	
15	Ведение с изменением направления Бросок одной и двумя от головы в прыжке. Учебная игра	1	21.10	
16	Передача одной от плеча . Бросок одной и двумя от головы в прыжке. Учебная игра	1	26.10	
17	Передача одной от плеча Бросок одной и двумя от головы в прыжке. Учебная игра	1	28.10	
18	Штрафной бросок. Выбивание и вырывание. Учебная игра.	1	09.11	
19	Штрафной бросок . Действия 3 нападающих против 2 защитников. Учебная игра.	1	11.11	
20	Штрафной бросок. Действия 3 нападающих против 2 защитников Учебная игра.	1	16.11	
21	Сочетание передача, ведение, бросок. Держание игрока с мячом. Учебная игра.	1	18.11	
22	.Сочетание передача, ведение, бросок. Держание игрока с мячом Учебная игра.	1	23.11	
<b>Волейбол 11 ч.</b>				

23	Передачи мяча сверху у сетки . Нижняя прямая подача. . Учебная игра.	1	25.11	
24	Передачи мяча сверху у сетки . Нижняя прямая подача. . Учебная игра.	1	30.11	
25	Передачи мяча сверху в прыжке . Нижняя прямая подача. . Учебная игра.	1	02.12	
26	Нижняя прямая подача. Передача мяча сверху в прыжке. Прием мяча снизу. Учебная игра	1	07.12	
27	Нижняя прямая подача. Прием мяча с подачи. Учебная игра через зону 3.	1	09.12	
28	Нижняя прямая подача. Прием мяча с подачи. Учебная игра через зону 3.	1	14.12	
29	Нападающий удар. Прием мяча от сетки. Учебная игра через зону 3.	1	16.12	
30	Нападающий удар. Прием мяча от сетки. Учебная игра через зону 3	1	21.12	
31	Нападающий удар.Передача сверху стоя спиной. Учебная игра через зону 3	1	23.12	
32	Нападающий удар. Передача сверху стоя спиной. Учебная игра через зону 3	1	28.12	
33	Нападающий удар. Передача сверху стоя спиной. Учебная игра через зону 3	1	30.12	
<b>Гимнастика 14 ч.</b>				
34	Лазание по канату в два и три приема. Акробатическая комбинация. . Инструктаж по ТБ.	1	11.01	
35	Лазание по канату без помощи ног. Акробатическая комбинация.	1	13.01	
36	Лазание по канату без помощи ног. Акробатическая комбинация.	1	18.01	
37	Акробатическая комбинация из разученных элементов Наклоны вперед из положения сидя.	1	20.01	

38	Опорный прыжок через козла(М), коня (Д). Упражнение в равновесии. Упражнения на кольцах	1	25.01	
39	Опорный прыжок через козла(М), коня (Д). Упражнение в равновесии. Упражнения на кольцах	1	27.01	
40	Опорный прыжок через козла (М), коня (Д). Упражнение в равновесии. Упражнения на кольцах	1	01.02	
41	Упражнение в равновесии . Упражнение на брусьях.	1	03.02	
42	Упражнение на брусьях. Упражнение на перекладине.	1	08.02	
43	Упражнение на брусьях. Упражнение на перекладине.	1	10.02	
44	Упражнение на брусьях. Упражнение на перекладине.	1	15.02	
45	Упражнение на брусьях. Упражнение на перекладине.	1	17.02	
46	Упражнение на брусьях. Упражнение на перекладине. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	1	20.02	
47	Упражнение на брусьях. Упражнение на перекладине. Подтягивание в висе (М), в висе лежа (Д)	1	24.02	
	<b>Лёгкая атлетика 6 ч.</b>			
48	Прыжковая подготовка. Прыжок в высоту способом «Перешагивание» с 1-3 шагов. Инструктаж по ТБ.	1	01.03	
49	Прыжковая подготовка. Прыжок в высоту способом «Перешагивание» с 1-3 шагов.	1	03.03	
50	Прыжковая подготовка. Прыжок в высоту способом «Перешагивания» с 3-5 шагов.	1	10.03	
51	Прыжковая подготовка. Прыжок в высоту способом «Перешагивания» с 3-5 шагов.	1	15.03	
52	Прыжковая подготовка. Прыжок в высоту способом «Перешагивания» с 7-9 шагов.	1	17.03	



53	Прыжковая подготовка. Прыжок в высоту способом «Перешагивания» с 7-9 шагов.	1	22.03	
	<b>Волейбол 2 ч.</b>			
54	Нижняя прямая подача. Прием мяча с подачи. Учебная игра через зону 3.	1	24.03	
55	Нападающий удар. Прием мяча от сетки. Учебная игра через зону 3.	1	05.04	
	<b>Баскетбол 2 ч.</b>			
56	Ведение с изменением направления. Бросок одной и двумя от головы. Учебная игра	1	07.04	
57	Штрафной бросок. Действия 3 нападающих против 2 защитников Учебная игра.	1	12.04	
	<b>Кроссовая подготовка 6 ч.</b>			
58	Инструктаж по ТБ. Равномерный бег до 1000 м. Преодоление препятствий. Подвижные игры.	1	14.04	
59	Равномерный бег до 1200 м. Преодоление препятствий. Подвижные игры.	1	19.04	
60	Равномерный бег до 1500 м. Подвижные игры и эстафеты.	1	21.04	
61	Равномерный бег до 1800 м. Подвижные игры и эстафеты.	1	26.04	
62	Равномерный бег до 2000 м. Подвижные игры. Метание мяча в цель.	1	28.04	
63	Бег 2000 м. на результат. Подвижные игры. Метание мяча в цель.	1	05.05	
	<b>Лёгкая атлетика 4 ч.</b>			
64	Инструктаж по ТБ. Низкий старт и стартовый разгон. Бег 30 м. Метание мяча в цель.	1	12.05	
65	Низкий старт и стартовый разгон. Челночный бег 3x10 м. Метание мяча в цель.	1	17.05	

66	Бег 60м. на результат. Метание мяча на дальность.	1	19.05	
67	Метание мяча на дальность. Прыжки в длину с разбега	1	24.05	

**Листа коррекции (корректировки) календарно-тематического планирования**

№ п/п	Предмет	Учитель	Класс	Причина коррекции (корректировки)	Способ коррекции (корректировки)	Дата, тема урока	Кол-во часов по плану за год	Кол-во фактических часов с учётом коррекции (корректировки)
1.	Физическая культура	Петров Н. В.	9 кл.	Праздничные дни и т.д.	Объединение тем уроков 67-68	24.05 Метание мяча на дальность. Прыжок в длину с разбега.	68	67

РАССМОТРЕНО  
на заседании ШМО  
Протокол № 1 от 28.08.2020г.

---

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по УВР  
28.08.2020г. \_\_\_\_\_ Старун Е.С.

