**Календарно – тематическое планирование по физической культуре для учащихся 8 классов – 3 часа в неделю.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****урока** | **Тема****урока** | **Кол.часов** | **Дата проведения** | **Примечание** |
| **план** | **факт** |
|  | **Основы знаний** |
| 1 | Инструктаж по охране труда. | 1 | 2.09 |  |  |
|  | ***Легкая атлетика*****Спринтерский бег** |
| 2  |  Развитие скоростных способностей. Стартовый разгон | 1 | 4.09 |  |  |
| 3 | Развитие скоростных способностей. Стартовый разгон | 1 | 7.09 |  |  |
| 4  | Низкий старт. | 1 | 9.09 |  |  |
| 5 | Низкий старт. | 1 | 11.09 |  |  |
| 6  | Финальное усилие. Эстафетный бег | 1 | 14.09 |  |  |
| 7 | **Финальное усилие. Эстафетный бег. Сдача нормативов** | 1 | 16.09 |  |  |
| 8 | Развитие скоростных способностей. | 1 | 18.09 |  |  |
| 9 | Развитие скоростной выносливости | 1 | 21.09 |  |  |
|  | **Метание** |
| 10 | Развитие скоростно-силовых способностей. | 1 | 23.09 |  |  |
| 11 | Метание мяча на дальность. | 1 | 25.09 |  |  |
| 12 | Метание мяча на дальность. | 1 | 28.09 |  |  |
|  | **Прыжки** |
| 13 | Развитие силовых и координационных способностей. | 1 | 30.09 |  |  |
| 14 | Прыжок в длину с разбега. | 1 | 2.10 |  |  |
| 15 | Прыжок в длину с разбега. | 1 | 5.10 |  |  |
|  | **Длительный бег** |
| 16 | Развитие выносливости. | 1 | 7.10 |  |  |
| 17 | Развитие выносливости. | 1 | 9.10 |  |  |
| 18 | Развитие выносливости. | 1 | 12.10 |  |  |
| 19 | Развитие силовой выносливости | 1 | 14.10 |  |  |
| 20 | Преодоление горизонтальных препятствий | 1 | 16.10 |  |  |
| 21 | Преодоление горизонтальных препятствий | 1 | 19.10 |  |  |
| 22 | **Промежуточная аттестация № 1** | 1 | **21.10** |  |  |
| 23 | Переменный бег | 1 | 23.10 |  |  |
| 24 | Переменный бег | 1 | 2.11 |  |  |
| 25 | Гладкий бег  | 1 | 6.11 |  |  |
| 26 | Кроссовая подготовка | 1 | 9.11 |  |  |
| 27 | Кроссовая подготовка | 1 | 11.11 |  |  |
|  | ***Баскетбол*** |
| 28 | Стойки и передвижения, повороты, остановки. | 1 | 13.11 |  |  |
| 29 | Ловля и передача мяча. | 1 | 16.11 |  |  |
| 30 | Ловля и передача мяча. | 1 | 18.11 |  |  |
| 31 | Ведение мяча | 1 | 20.11 |  |  |
| 32 | Ведение мяча | 1 | 23.11 |  |  |
| 33 | Ведение мяча | 1 | 25.11 |  |  |
| 34 | Ведение мяча | 1 | 27.11 |  |  |
| 35 | Ведение мяча | 1 | 30.11 |  |  |
| 36 | Бросок мяча  | 1 | 2.12 |  |  |
| 37 | Бросок мяча | 1 | 4.12 |  |  |
| 38 | Бросок мяча | 1 | 7.12 |  |  |
| 39 | Бросок мяча | 1 | 9.12 |  |  |
| 40 | Бросок мяча | 1 | 11.12 |  |  |
| 41 | **Тестирования Игра баскетбол история** | 1 | 14.12 |  |  |
| 42 | Бросок мяча в движении. | 1 | 16.11 |  |  |
| 43 | Бросок мяча в движении. | 1 | 18.11 |  |  |
| 44 | **Промежуточная аттестация №2** | 1 | 21.11 |  |  |
| 45 | Бросок мяча в движении. | 1 | **23.12** |  |  |
| 46 | Штрафной бросок. | 1 | 25.12 |  |  |
| 47 | Штрафной бросок. | 1 | 11.01 |  |  |
| 48 | Штрафной бросок. | 1 | 13.01 |  |  |
| 49 | Индивидуальная техника защиты | 1 | 15.01 |  |  |
| 50 | Тактика игры. | 1 | 18.01 |  |  |
| 51 | Развитие кондиционных и координационных способностей. | 1 | 20.01 |  |  |
|  | ***Волейбол*** |
| 52 | Стойки и передвижения, повороты, остановки. | 1 | 22.01 |  |  |
| 53 | Стойки и передвижения, повороты, остановки. | 1 | 25.01 |  |  |
| 54 | Стойки и передвижения, повороты, остановки. | 1 | 27.01 |  |  |
| 55 | Стойки и передвижения, повороты, остановки. | 1 | 29.01 |  |  |
| 56 | Стойки и передвижения, повороты, остановки. | 1 | 01.02 |  |  |
| 57 | Стойки и передвижения, повороты, остановки. | 1 | 3.02 |  |  |
| 58 | Стойки и передвижения, повороты, остановки. | 1 | 5.02 |  |  |
| 59 | Стойки и передвижения, повороты, остановки. | 1 | 8.02 |  |  |
| 60 | Прием и передача мяча. | 1 | 10.02 |  |  |
| 61 | Прием и передача мяча. | 1 | 12.02 |  |  |
| 62 | Прием и передача мяча. | 1 | 15.01 |  |  |
| 63 | Прием и передача мяча. | 1 | 17.02 |  |  |
| 64 | Прием и передача мяча. | 1 | 19.02 |  |  |
| 65 | Прием мяча после подачи | 1 | 22.02 |  |  |
| 66 | Прием мяча после подачи | 1 | 24.02 |  |  |
| 67 | Прием мяча после подачи | 1 | 26.02 |  |  |
| 68 | Прием мяча после подачи | 1 | 01.03 |  |  |
| 69 | Подача мяча.  | 1 | 3.03 |  |  |
| 70 | Подача мяча. | 1 | 5.03 |  |  |
| 71 | **Подача мяча. Сдача нормативов подача мяча с разных углов** | 1 | 10.03 |  |  |
| 72 | Нападающий удар (н/у.). | 1 | 12.03 |  |  |
| 73 | Нападающий удар (н/у.). | 1 | 15.03 |  |  |
| 74 | Нападающий удар (н/у.). | 1 | 17.03 |  |  |
| 75 | Нападающий удар (н/у.). | 1 | 19.03 |  |  |
| 76 | Развитие координационных способностей. | 1 | 31.01 |  |  |
| 77 | Развитие координационных способностей. | 1 | 2.04 |  |  |
| 78 | Развитие координационных способностей. | 1 | 5.04 |  |  |
| 79 | **Промежуточная аттестация** | 1 | **17.03** |  |  |
| 80 | Тактика игры. | 1 | 9.04 |  |  |
| 81 | Тактика игры. | 1 | 12.04 |  |  |
|  | ***Легкая атлетика*** **Длительный бег** |
| 82 | Преодоление горизонтальных препятствий | 1 | 14.04 |  |  |
| 83 | Преодоление горизонтальных препятствий | 1 | 16.04 |  |  |
| 84 | Преодоление горизонтальных препятствий | 1 | 19.04 |  |  |
| 85 | Развитие силовой выносливости. | 1 | 21.04 |  |  |
| 86 | Развитие силовой выносливости. | 1 | 23.04 |  |  |
| 87 | Развитие силовой выносливости. | 1 | 26.04 |  |  |
| 88 | Развитие силовой выносливости. | 1 | 28.04 |  |  |
| 89 | Переменный бег | 1 | 30.04 |  |  |
| 90 | Переменный бег | 1 | 3.05 |  |  |
| 91 | Переменный бег | 1 | 5.05 |  |  |
| 92 | Кроссовая подготовка | 1 | 7.05 |  |  |
| 93 | Развитие силовой выносливости. **Тестирования легкоатлеты олимпийцы**  | 1 | 10.05 |  |  |
| 94 | **Итоговая аттестация**  | 1 | 12.05 |  |  |
|  | **Спринтерский бег** |
| 95 |  Развитие скоростных способностей. Стартовый разгон | 1 | 14.05 |  |  |
| 96 | Низкий старт. | 1 | 17.05 |  |  |
| 97 | Финальное усилие. Эстафетный бег | 1 | 19.05 |  |  |
| 98 | Развитие скоростных способностей. | 1 | 21.05 |  |  |
| 99 | Развитие скоростной выносливости | 1 | 24.05 |  |  |
|  |
| 100 | Развитие скоростно-силовых качеств. | 1 | 26.05 |  |  |
| 101 | Метание мяча на дальность. | 1 | 28.05 |  |  |
| 102 | Метание мяча на дальность. | 1 | 31.05 |  |  |