

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 61 имени Ильгизара Александровича Касакина»
МБОУ «СОШ №61»

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ № 61»

 Т. А. Бубнова

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

 Н. Н. Ивахова

РАССМОТРЕНА на заседании методического объединения учителей естественного цикла

Протокол № 1
от «16» августа 2019 г.

 О. П. Прокудина

ПРИНЯТА педагогическим советом

Протокол №

от «16» августа 2019 г.



КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
(приложение к рабочей программе учебного предмета «Физическая культура»)
8 КЛАСС

Составитель:
учитель физической культуры
Салагина И.А.
Павловичева Н.В.

Новокузнецк, 2019

Календарно-тематическое планирование уроков 8 класс

№ п/п	Тема раздела, урока	Дата проведения	Примечание
1. Легкая атлетика (11 часов)			
1/1	ТБ на занятиях л/ атлетики. Низкий старт, стартовый разгон.		
2/2	Техника низкого старта. Бег на короткие отрезки.		
3/3	Дистанция 60м. Прыжок в длину с разбега.		
4/4	Прыжок в длину с разбега. Челночный бег.		
5/5	Прыжок в длину с разбега на результат. Метание мяча.		
6/6	Метания мяча на дальность и заданное расстояние.		
7/7	Метания мяча в горизонтальную и вертикальную цель.		
8/8	Метания мяча на результат. Кроссовая подготовка.		
9/9	Дистанция 1000м.		
10/10	Дистанция 1500м на время.		
11/11	Дистанция 2000м без учета времени.		
2. Спортивные игры (баскетбол - 20 часов)			
12/1	ТБ на занятиях сп/играми. Б/бол. Передачи на месте и в движении с противодействием защитника.		
13/2	Передачи в парах в движении с сопротивлением защитника.		
14/3	Передачи во встречных колоннах.		
15/4	Передачи в тройках в движении по «восьмерке».		
16/5	Ведение мяча с изменением направления и скорости, высоты отскока.		
17/6	Ведение с сопротивлением защитника. Вырывание и выбивание мяча.		
18/7	Бросок по кольцу после ведения. Действия против игрока с мячом.		
19/8	Бросок по кольцу после ловли в движении.		
20/9	Бросок после ведения и 2 шагов.		
21/10	Бросок по кольцу в прыжке. Штрафной бросок.		
22/11	Позиционное нападение 2х2. Персональная защита.		

23/12	Нападение быстрым прорывом 2х1. Перехват мяча.		
24/13	Нападение быстрым прорывом 3х2.		
25/14	Передачи во встречных колоннах. Штрафной бросок.		
26/15	Позиционное нападение 2:2, 3:3 со сменой мест. Персональная защита.		
27/16	Персональная защита. Взаимодействие через «заслон».		
28/17	Быстрый прорыв(2:1, 3:2). Взаимодействие двух человек через «заслон».		
29/18	Позиционное нападение 2:2, 3:3. Взаимодействие игроков в защите и нападение через «заслон».		
30/19	Позиционное нападение 4:4, 5:5.		
31/20	Учебно-тренировочная игра в баскетбол		
3. Гимнастика (18 часов)			
32/1	ТБ на занятиях гимнастикой. Акробатика: комбинации кувырков слитно.		
33/2	Акробатика: кувырок назад, стойка ноги врозь(м), элемент «мост» (д). Упражнения в висах и упорах.		
34/3	Акробатика: комбинации кувырков, длинный кувырок. Упражнения в равновесии.		
35/4	Акробатика: стойка на голове и руках (м), кувырки вперед и назад (д). Упражнения в висах и упорах.		
36/5	Акробатика: комбинации разученных элементов. Упражнения в равновесии.		
37/6	Лазание по канату в 2 приема. Упражнения в равновесии.		
38/7	Упражнения в равновесии. Лазание по канату в 2-3 приема.		
39/8	Лазание по канату в 2-3 приема. Упражнения на гимнастическом бревне.		
40/9	Лазания по канату. Комбинации элементов равновесия.		
41/10	Лазание по канату в 3 приема. Элементы единоборств: стойки.		
42/11	Опорный прыжок способом «согнут ноги» (м), «прыжок боком» и поворотом на 90* (д). Элементы единоборств: стойки и передвижения в стойке.		
43/12	Опорный прыжок. Элементы единоборств: захваты рук и туловища.		
44/13	Опорный прыжок через гимнастического козла. Элементы единоборств: освобождение от захватов.		
45/14	Опорный прыжок. Элементы единоборств: приемы борьбы за выгодное положение.		
46/15	Опорный прыжок. Элементы единоборств: борьба за предмет.		
47/16	Элементы единоборств: приемы страховки (падение назад из полного приседа). Прыжки через скакалку.		
48/17	Элементы единоборств: приемы страховки (падение назад и на бок из полного приседа). Подтягивание.		

49/18	Подтягивание в висе (м), висе лежа (д). Элементы единоборств: приемы страховки (падение на бок кувырком вперед).		
4. Лыжная подготовка (18 часов)			
50/1	ТБ на уроках лыжной подготовки. Повороты на месте (переступанием, махом). Скользящий шаг без палок.		
51/2	Попеременный двухшажный ход. Спуски в различных стойках.		
52/3	Попеременный двухшажный ход. Подъем «полуелочкой».		
53/4	Одновременный бесшажный ход. Подъем в гору скользящим шагом.		
54/5	Одновременный одношажный ход. Спуски. Подъем «елочкой».		
55/6	Одновременный одношажный ход. Торможения и поворот «упором».		
56/7	Одновременный одношажный ход. Скоростной (стартовый) вариант.		
57/8	Одновременные одношажный и бесшажный ход. Скоростной (стартовый) вариант.		
58/9	Одновременный двухшажный ход. Подъем «лесенкой».		
59/10	Одновременный двухшажный ход. Поворот «плугом».		
60/11	Одновременные одношажный и двухшажный ходы. Торможение «плугом».		
61/12	Коньковый ход. Торможение «плугом» и «упором».		
62/13	Коньковый ход. Повороты в движении переступанием.		
63/14	Дистанция 2000м на время. Преодоление бугров и впадин при спуске.		
64/15	Попеременные и одновременные ходы. Спуски и подъемы.		
65/16	Дистанция 3000м на время.		
66/17	Преодоление подъемов и препятствий. Спуски в различных стойках.		
67/18	Дистанция 4500м без учета времени.		
5. Спортивные игры (волейбол 18 час)			
68/1	ТБ на занятия спортивными играми. В/бол. Стойки и передвижения игрока. Передача мяча двумя руками сверху.		
69/2	Передача мяча двумя руками сверху на месте и после перемещения.		
70/3	Передача мяча над собой во встроенных колоннах.		
71/4	Передача мяча над собой во встроенных колоннах через сетку.		
72/5	Верхняя передача мяча в парах через сетку.		

73/6	Верхняя передача мяча в парах через сетку после перемещения.		
74/7	Передача мяча в прыжке.		
75/8	Передача мяча назад через голову.		
76/9	Передача мяча, стоя спиной к цели.		
77/10	Отбивание мяча кулаком через сетку.		
78/11	Передача мяча в тройках после перемещения.		
79/12	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёру.		
80/13	Нападающий удар после передачи.		
81/14	Нападающий удар в тройках через сетку.		
82/15	Нижняя прямая подача, прием подачи.		
83/16	Нижняя прямая подача в заданную зону.		
84/17	Позиционное нападение без изменения позиций.		
85/18	Позиционное нападение с изменением позиции.		
6. Спортивные игры (футбол - 8 часов)			
86/1	Футбол. Стойки, перемещения, остановки, повороты.		
87/2	Удар по катящемуся мячу носком, внешней стороной подъема.		
88/3	Удар по летящему мячу серединой лба.		
89/4	Вбрасывание мяча из-за боковой.		
90/5	Индивидуальная техника защиты. Перехват мяча.		
91/6	Удары по воротам. Игра вратаря.		
92/7	Позиционное нападение с изменением позиций игроков.		
93/8	Игровые взаимодействия с атакой и без атаки ворот.		
7. Легкая атлетика (12 часов)			
94/1	ТБ на занятиях л/ атлетики. Прыжок в высоту способом «перешагивание». низкий старт.		
95/2	Прыжок в высоту способом «перешагивание». Стартовый разгон, бег по дистанции.		
96/3	Прыжок в высоту. Бег по дистанции, финишное ускорение.		
97/4	Прыжок в высоту способом «перешагивание». Эстафетный бег, передача эстафетной палочки.		
98/5	Эстафетный бег. Метание мяча на заданное расстояние		

99/6	Дистанция 60 м. Метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель.		
100/7	Метание мяча по движущейся цели. Эстафетный бег, круговая эстафета.		
101/8	Метание мяча на дальность с 5-6 шагов разбега. Линейные эстафеты.		
102/9	Дистанция 2000 м с учётом времени.		
103/10	Дистанция 3000 м без учета времени.		
104/11	Легкоатлетическая полоса препятствий.		
105/12	Подведение итогов по лёгкой атлетике.		

Процессинг
и прокуратура 20
лист
Директор школы
Будилова Т.А.

