

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
ИМ. Ю.К. КАРАКЕТОВА г. ЭЛЬТАРКАЧ» /



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПЕДАГОГА
ФИЗКУЛЬТУРА

(наименование учебного предмета (курса)

9

(уровень, ступень образования)

2017 – 2018 учебный год

(срок реализации программы)

Физкультура В.Н. Лях А.А. Зданевич «Пролетение», 2010

(название, автор, издательство, год издания)

Количество часов всего: 102 в неделю 3

Ботаников Ильяс Оштанисевич

Ф.И.О. учителя (преподавателя), составившего рабочую учебную программу.

Физкультура, первая квалификационная категория.

(преподаваемый предмет, квалификационная категория)

№ урока	Дата	Факт. дата	Темы уроков	Количес тво часов	Домашнее задание	Примечание
			1 четверть			
1-2			Обучать технике упражнений общеприкладной направленности; проверить уровень физической подготовленности учащихся.	2		
3-4			Развивать выносливость, скоростно-силовые качества, ловкость, силу, прыгучесть.	2		
5			Обучать технике: спринтерского бега; прыжка в длину с разбега.	1		
6			Развивать быстроту, прыгучесть.	1		
7-8			Обучать технике: спринтерского бега; прыжка в длину с разбега.	2		
9-10			Развивать быстроту, прыгучесть.	2		
11			Обучать технике: метания малого мяча; бега на длинные дистанции.	1		
12			Развивать координацию, выносливость.	1		
13-14			Обучать технике: бега на длинные дистанции; метания мяча.	2		
15-16			Развивать выносливость, координацию.	2		
17-18			Обучать технике и тактике длительного бега; технике обманных движений, остановке спускающего мяча внутренней стороной стопы в игре футбол.	2		

19-20			развивать выносливость, координацию, скоростно-силовые качества.	2		
21-22			Обучать технике отбора мяча, тактическим взаимодействиям в двойках, тройках игры в футбол.	2		
23-24			Развивать ловкость, скоростно-силовые качества, игровое мышление.	2		
25-26			Обучать технике сочетания приемов, групповым тактическим взаимодействиям в защите игры в футбол.	2		
27			Развивать ловкость, скоростно-силовые качества, игровое мышление, выносливость.	1		
			2 четверть			
1			Обучать технике: кувырков вперед, назад, длинного кувырка, подъема махом вперед.	1		
2			Развивать координацию, силу, гибкость.	1		
3			Обучать стойке на голове и руках силой из упора присев, стойке на голове из положения «мост»; подъему махом вперед.	1		
4			Развивать координацию, силу, гибкость.	1		
5			Обучать технике: сочетания акробатических упражнений; прыжка врозь; лазанья по канату.	1		
6			Развивать координацию, силу, гибкость.	1		
7			Обучать технике акробатических упражнений, упражнениям на гимнастических снарядах.	1		

8				Развивать координацию, силу, гибкость.	1		
9				Обучать технике: подачи и приема мяча в волейбол; нападающего удара.	1		
10				Развивать быстроту, ловкость.	1		
11				Обучать технике передач, подач игры в волейбол; прием контрольных промежуточных нормативов.	1		
12				Развивать быстроту, ловкость.	1		
13				Обучать технике индивидуальных защитных действий; взаимодействию в нападении игры в волейбол.	1		
14				Развивать быстроту, ловкость, прыгучесть.	1		
15-16				Обучать взаимодействию в нападении, групповым защитным действиям игры в волейбол.	2		
17				Развивать прыгучесть, скоростно-силовые качества, игровое мышление.	1		
18				Обучать технике: передачи, подачи, нападающего удара игры в волейбол; прием практических контрольных нормативов игры в волейбол.	1		
19				Развивать скоростно-силовые качества.	1		
20				Обучать технике сочетаний приемов игры волейбол; взаимодействию игры в нападении.	1		
21				Развивать скоростно-силовые качества, ловкость, быстроту.	1		

				Обучать сочетанию технических элементов, индивидуальной технике игры в защите в волейбол.					
				Развивать скоростно-силовые качества, ловкость, быстроту.					
				Обучать технике: блокирования мяча; передачи мяча; взаимодействию в нападении игры в волейбол.					
				Развивать быстроту, ловкость, прыгучесть.					
			2	Обучать сочетанию технических приемов, тактике нападения игры в волейбол.					
			2	Развивать быстроту, ловкость, прыгучесть.					
				Техника: подачи передач; нападающего удара игры в волейбол.					
				Развивать координацию, скоростно-силовые качества, быстроту.					
				Техника приемов игры в волейбол; прием промежуточных контрольных нормативов.					
				Развивать координацию, скоростно-силовые качества, быстроту.					
			2	Групповые действия в защите; технике блокирования мяча.					

102-103	Бег на короткие дистанции. Прыжки в длину с разбега	2			
104-105	Эстафетный бег. Бег с препятствиями	2			
106-107	Общеразвивающие упражнения. Техника бега, прыжков : « Русские потешки»	2			
	ИТОГО: 107				