

«Рассмотрено»
руководитель МО
лица КГТУ им И. Раззакова
Карпенко Н. А.

«Согласовано»
завуч по УР лица
КГТУ м. И. Раззакова
Алымбекова Г. Б.

«Утверждаю»
директор лица
КГТУ им. И. Раззакова



КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Предмет: Физическая культура
Класс: 8; 9
Преподаватель: Адил Азам Иманбекович
Составлен в соответствии с программой Министерства
Образования и науки
Республики Кыргызской

Рассмотрен на заседании МО
лица КГТУ им. И. Раззакова

Протокол № 1 от 30.08 2022 года

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

по **физической культуре**

Класс 9, 8

Учитель: Алиев Азат Иманбекович

Количество часов: **всего 68 часов; в неделю 2 часа;**

Планирование составлено на основе Приложение к приказу Министерства образования и науки Кыргызской Республики от 8 октября 2015 года № 1247/1 Предметный стандарт по предмету «Физическая культура» для 5–9 классов общеобразовательных организаций Кыргызской Республики

№ урока	Содержание учебного материала (разделы, темы)	Кол-во часов	дата		Оборудование урока
			9,8		
			план	факт	
	Лёгкая атлетика	22			
1.	Правила техники безопасности на уроке. Низкий старт до 30м.	2			Секундомер, конусы.
2.	Старты из различных исходных положений. Бег на результат 60 м.	2			Секундомер, конусы.
3.	Бег с ускорением от 70 до 80м. «Встречная эстафета».	4			Секундомер, конусы.
4.	Скоростной бег до 60 м. Круговая эстафета.	4			Секундомер, конусы.
5.	Бег 60 м на результат.	4			Секундомер, конусы.
6.	Прыжки в длину с 11-13 шагов разбега (способом согнув ноги).	4			Яма для прыжков, рулетка.
7.	Прыжки в длину с 11-13 шагов разбега на результат.	2			Яма для прыжков, рулетка.
	Кроссовая подготовка	32			
8.	Бег в равномерном темпе 10 мин.	2			Секундомер, конусы.
9.	Бег в равномерном темпе до 12 мин.	2			Секундомер, конусы.
10.	Бег на 1000м. Подтягивания на перекладине.	4			Секундомер, конусы.
11.	Бег в равномерном темпе до 15 мин.	2			Секундомер, конусы.
12.	Кроссовый бег до 15 мин. Упражнения на брусках.	2			Секундомер, конусы.
13.	Кросс до 15 мин.	2			Секундомер, конусы.
14.	Бег на 1500м	6			Секундомер, конусы.
15.	Кроссовый бег до 20 мин.	6			Секундомер, конусы.
16.	Круговая тренировка.	6			Секундомер, конусы.

	Футбол	14			
17.	Удары по неподвижному и катящемуся мячу, остановка мяча.	2			Мячи футбольные, конусы
18.	Ведение мяча. Игра по правилам мини-футбола.	2			Мячи футбольные, конусы
19.	Удары по воротам на точность.	2			Мячи футбольные, конусы
20.	Комбинация элементов: ведение, удар (пас), приём, удар по воротам.	2			Мячи футбольные, конусы
21.	Тактика свободного нападения. Игра по правилам мини-футбола.	2			Мячи футбольные, конусы
22.	Позиционные нападения с изменением позиций игроков. Мини-футбол.	2			Мячи футбольные, конусы
23.	Игра по правилам мини-футбола.	2			Мячи футбольные, конусы
	итого	68ч		68ч	

Программа направлена на изучение физической культуры на базовом уровне, для достижения следующих *целей*:

- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление здоровья.
- воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребности в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно –оздоровительной деятельности.
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физ.воспитания, обогащения индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упр. и базовыми видами спорта.
- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значения в формировании здорового образа жизни и соц. ориентации.
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физ.упр.

Задачи:

1. Содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены.
2. Обучение основам базовых видов двигательных действий.
3. Дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движения) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способностей.
4. Формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств.
5. Выработку представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля.
6. Углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах.
7. Воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время.

8. Выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи.
9. Формирование адекватной оценки собственных физических возможностей.
10. Воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности.
11. Содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

Роль учебного предмета «Физическая культура» в основной школе--обеспечение физического, эмоционального, интеллектуального и социального развития личности обучающихся, формирование и развитие установки к активному, здоровому образу жизни.

Преподаватель физической культуры лицея КГТУ
Алиев А.И.