

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
городского округа Королев Московской области
«Средняя общеобразовательная школа № 14»



Календарно-тематическое планирование по предмету физическая культура 5-9 класс

Составитель: Голодяева Татьяна Владимировна,
учитель физической культуры
высшей квалификационной категории
Смольков Иван Михайлович
учитель физической культуры
первая квалификационная категория
Резчиков Кирилл Игорьевич
учитель физической культуры
первая квалификационная категория

2021 г.

Календарно-тематическое планирование
Физическая культура 5 класс
 2 часа в неделю

№ урока	Наименование разделов и тем	Плановые сроки прохождения	Скорректированные сроки прохождения	
			5-А	5-Б
1.	Вводный инструктаж. Бег	01.09-07.09		
2.	ИОТ-89-2021. Стартовый разгон. Бег с ускорением. Бег 30 м в/с	01.09-07.09		
3.	ИОТ-19-2021. Финальное усилие. Встречная эстафета	08.09-14.09		
4.	Эстафетный бег	08.09-14.09		
5.	Бег 60 м	15.09-21.09		
6.	Метание мяча с места на дальность	15.09-21.09		
7.	Метание мяча с разбега на дальность	22.09-28.09		
8.	Прыжки и многоскоки. Прыжки с места	22.09-28.09		
9.	Прыжки в длину с разбега способом согнув ноги	29.09-05.10		
10.	Стартовый разгон. Бег с ускорением Бег 30 м	29.09-05.10		
11.	Бег 60 м Эстафеты по кругу	06.10-12.10		
12.	Прыжки в высоту способом перешагивания.	06.10-12.10		
13.	Прыжки в высоту. Метание мяча в цель	13.10-19.10		
14.	Метание мяча на дальность Прыжки с/р	13.10-19.10		
15.	Равномерный бег (9мин). Чередование бега с ходьбой	20.10-26.10		
16.	Равномерный бег (10мин). Смешанное передвижение	20.10-26.10		
17.	Бег в гору. Преодоление препятствий (12мин)	27.10-09.11		
18.	Прыжок с 7-9 шагов с разбега	27.10-09.11		
19.	ИОТ-17-2021. История гимнастики	10.11-16.11		
20.	Строевые упражнения. Кувырки вперед и назад	10.11-16.11		
21.	Кувырки в группировке. Стойка на лопатках	17.11-23.11		
22.	Связки акробатических элементов	17.11-23.11		
23.	Акробатическая комбинация	24.11-30.11		
24.	Акробатическая комбинация	24.11-30.11		
25.	Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке	01.12-07.12		
26.	Силовые упражнения в висах и упорах	01.12-07.12		
27.	Лазание по лестнице. Подтягивание в висе	08.12-14.12		
28.	Круговая тренировка. Упражнения на скамье	08.12-14.12		
29.	Строевые упражнения. Эстафеты с использованием изученных гимнастических упражнений	15.12-21.12		

30.	Способы регулирования физической нагрузки	15.12-21.12		
31.	Строевые упражнения. Эстафеты с использованием изученных гимнастических упражнений	22.12-28.12		
32.	ИОТ-21-2021. Строевые упражнения. Эстафеты с использованием изученных гимнастических упражнений	22.12-28.12		
33.	ИОТ-89-2021. Экипировка и инвентарь лыжника. Виды лыжного спорта и его история. Классические ходы	12.01-18.01		
34.	ИОТ-18-2021. Скользящий шаг и попеременный двухшажный ход	12.01-18.01		
35.	Попеременный двухшажный и одновременный бесшажный ходы	19.01-25.01		
36.	Попеременный двухшажный и одновременный бесшажный ходы	19.01-25.01		
37.	Безопасность при занятиях горной техникой. Спуск в высокой стойке, торможение падением, подъём «ёлочкой»	26.01-01.03		
38.	Попеременный двухшажный и одновременный бесшажный ходы	26.01-01.03		
39.	Спуск в высокой стойке, подъём «ёлочкой» и «полуёлочкой»	02.02-08.02		
40.	Попеременный и одновременный двухшажные ходы, одновременный бесшажный ход	02.02-08.02		
41.	Спуск в высокой стойке, торможение «плугом», подъём «ёлочкой» и «полуёлочкой»	09.02-15.02		
42.	Равномерное передвижение по дистанции с использованием техники изученных ходов до трёх км	09.02-15.02		
43.	Спуск в высокой стойке, торможение «плугом», подъём «ёлочкой» и «полуёлочкой»	16.02-22.02		
44.	Равномерное передвижение по дистанции с использованием техники изученных ходов до трёх км	16.02-22.02		
45.	Повторное прохождение отрезков от 200 до 500 м с общим объёмом до полутора км	23.02-01.03		
46.	Игры и эстафеты на лыжах	23.02-01.03		
47.	Виды лыжного спорта Лыжные гонки 1км	02.03-08.03		
48.	ИОТ-20-2021. Баскетбол – одна из наиболее популярных спортивных игр. Баскетбол в России (СССР) и за рубежом	02.03-08.03		
49.	Технические приёмы баскетбола без мяча (стойки, перемещения, остановки).	09.03-15.03		

	Подвижные игры и эстафеты и использованием технических приемов без мяча			
50.	Передача двумя от груди и ловля мяча на месте с изменением расстояния и направления передачи. Подвижные игры с этими упражнениями	09.03-15.03		
51.	Передача одной от плеча и ловля мяча на месте. Передачи и ловля мяча в движении. Правило «пробежки». Подвижная игра «Мяч капитану» с использованием только передач	16.03-22.03		
52.	Выполнение технических приёмов баскетбола в различных сочетаниях. Броски по кольцу с расстояния 2 – 2,5м Учебная игра «Мини-баскетбол»	16.03-22.03		
53.	Сведения из истории и теории волейбола. Основные технические приёмы волейбола. Стойки и перемещения	23.03-05.04		
54.	Приём и передача сверху двумя руками	23.03-05.04		
55.	Приём мяча снизу двумя руками	06.04-12.04		
56.	Нижняя прямая подача	06.04-12.04		
57.	Терминология игры. Прямой нападающий удар	13.04-19.04		
58.	Основные технические приёмы с мячом. Специальные упражнения в волейболе. Передача двумя руками сверху. «Пионербол»	13.04-19.04		
59.	Передача двумя руками сверху – закрепление. Приём двумя руками снизу – ознакомление	20.04-26.04		
60.	Нижняя прямая подача мяча – ознакомление. Закрепление техники приёма и передачи мяча в парах	20.04-26.04		
61.	Закрепления техники приёмов игры. Ознакомление с начальными тактическими действиями в защите и нападении	27.04-03.05		
62.	Пионербол (игра 4-мя командами)	27.04-03.05		
63.	ИОТ-19-2021. Прыжок в высоту с разбега «перешагиванием». Закрепление навыков спринтерского бега	04.05-10.05		
64.	Техники прыжка в высоту с разбега «перешагиванием». Тестирование скоростных способностей (бег – 30 м)	04.05-10.05		
65.	Прыжок в длину с места, челночный бег (3 x 10 м)	11.05-17.05		
66.	Закрепление техники метания малого мяча и техники бега на выносливость	11.05-17.05		
67.	Закрепление техники метания малого мяча. Бег 1000 м	18.05-24.05		

68.	Закрепление техники метания малого мяча. Легкоатлетические эстафеты	18.05-24.05		
69.	Метание малого мяча на дальность. Легкоатлетические эстафеты	25.05-31.05		
70.	Легкоатлетические эстафеты	25.05-31.05		
	Итого:	70		

**Календарно-тематическое планирование
Физическая культура 6 класс**

2 часа в неделю

№ урока	Наименование разделов и тем	Плановые сроки прохождения	Скорректированные сроки прохождения	
			6А	6Б
1.	Вводный инструктаж. Спринтерский бег	01.09-07.09		
2.	ИОТ-89-2021. Высокий старт. Развитие скоростных способностей			
3.	ИОТ-19-2021. Высокий старт. Стартовый разгон	08.09-14.09		
4.	ИОТ-21-2021. Финальное усилие. Эстафеты			
5.	Техника прыжка в длину способом «согнув ноги»	15.09-21.09		
6.	Метание мяча с разбега на дальность			
7.	Бег 1000 м	22.09-28.09		
8.	Спринтерский бег, эстафетный бег			
9.	Стартовый разгон. Бег с ускорением	29.09-05.10		
10.	Бег 60 м Эстафеты по кругу			
11.	Прыжки в высоту способом перешагивания	06.10-12.10		
12.	Прыжки в высоту. Метание мяча в цель			
13.	Метание мяча на дальность Прыжки с разбега	13.10-19.10		
14.	Метание мяча на дальность			
15.	Равномерный бег (9мин). Чередование бега с ходьбой	20.10-26.10		

16.	Равномерный бег (9мин). Чередование бега с ходьбой			
17.	Равномерный бег (10мин). Смешанное передвижение	27.10-09.11		
18.	Бег в гору. Преодоление препятствий (12мин)			
19.	ИОТ-17-2021. Висы и упоры	10.11-16.11		
20.	Прыжки через скакалку			
21.	Кувырок вперёд и назад стойка на лопатках	17.11-23.11		
22.	Кувырок вперёд и назад стойка на лопатках			
23.	Кувырок вперёд и назад стойка на лопатках	24.11-30.11		
24.	Кувырок вперёд и назад стойка на лопатках			
25.	Мост, стойка на голове	01.12-07.12		
26.	Мост, стойка на голове			
27.	Круговая тренировка	08.12-14.12		
28.	Акробатическая комбинация			
29.	Акробатическая комбинация	15.12-21.12		
30.	Подтягивание из положения вис			
31.	Висы и упоры	22.12-28.12		
32.	Эстафеты с элементами акробатики			
33.	ИОТ-89-2021. Экипировка лыжника	12.01-18.01		
34.	ИОТ-18-2021. Лыжные ходы			
35.	Лыжные ходы	19.01-25.01		
36.	Лыжные ходы			
37.	Спуски и подъёмы	26.01-01.02		
38.	Спуски и подъёмы			
39.	Торможение различными способами	02.02-08.02		

40.	Передвижение на лыжах (2км)			
41.	Передвижение на лыжах (3км)	09.02-15.02		
42.	Спуск в высокой стойке, повороты переступанием на спуске, подъём «ёлочкой» и «полуёлочкой»			
43.	Передвижение на лыжах по пересечённой местности	16.02-22.02		
44.	Передвижение на лыжах по пересечённой местности			
45.	Прохождение дистанции	23.02-01.02		
46.	Лыжные гонки			
47.	ИОТ-21-2021. Лыжная эстафета	02.03-08.03		
48.	ИОТ-20-2021. Терминология спортивных игр. Правила и организация избранной игры			
49.	Передвижение игрока в баскетболе. Повороты с мячом	09.03-15.03		
50.	Передвижение игрока. Повороты с мячом			
51.	Техника ведения мяча в движении с разной высотой отскока	16.03-22.03		
52.	Передача мяча на месте			
53.	Передача мяча различными способами в движении	23.03-05.04		
54.	Передача мяча различными способами в движении			
55.	Прием и передача мяча сверху двумя руками. Элементы волейбола	06.04-12.04		
56.	Прием мяча снизу, над собой			
57.	Нижняя прямая подача мяча	13.04-19.04		
58.	Нижняя прямая подача мяча			
59.	Прямой нападающий удар	20.04-26.04		
60.	Комбинации из освоенных			

	элементов (прием, передача, удар)			
61.	Тактика игры. «Пионербол»	27.04-03.05		
62.	Эстафеты с мячами			
63.	ИОТ-19-2021. Преодоление препятствий	04.05-10.05		
64.	Переменный бег			
65.	Бег 2000 м без учёта времени	11.05-17.05		
66.	Спринтерский бег			
67.	Бег по дистанции. Челночный бег 3x10м	18.05-24.05		
68.	Бег 60 м			
69.	Эстафетный бег	25.05-31.05		
70.	Бег, метание, прыжки			
	Итого:	70		

**Календарно-тематическое планирование
Физическая культура 7 класс**

2 часа в неделю

№ урока	Наименование разделов и тем	Плановые сроки прохождения	Скорректированные сроки прохождения	
			7-А	7-Б
1.	Вводный инструктаж. Бег на короткие дистанции	01.09-07.09		
2.	ИОТ-89-2021. Стартовый разгон. Бег с ускорением. Пролегание отрезков до 15, 30 м. Бег 60 м в/с	01.09-07.09		
3.	ИОТ-19-2021. Финальное усилие. Пробегание отрезков. Встречная эстафета	08.09-14.09		
4.	Эстафетный бег	08.09-14.09		
5.	Бег 60 м	15.09-21.09		
6.	Метание мяча с места на дальность	15.09-21.09		
7.	Метание мяча с разбега на дальность	22.09-28.09		
8.	Прыжки и многоскоки. Прыжки с разбега 3-5 шагов	22.09-28.09		
9.	Прыжки в длину с разбега способом согнув ноги	29.09-05.10		
10.	Стартовый разгон. Бег с ускорением	29.09-05.10		
11.	Бег 60 м. Эстафеты по кругу	06.10-12.10		
12.	Прыжки в высоту с разбега способом перешагивания.	06.10-12.10		
13.	Прыжки в высоту. Метание мяча в цель	13.10-19.10		
14.	Метание мяча на дальность Прыжки с/р	13.10-19.10		
15.	Равномерный бег до 9 мин. Чередование бега с ходьбой	20.10-26.10		
16.	Равномерный бег до 10 мин. Смешанное передвижение	20.10-26.10		
17.	Бег в гору. Преодоление препятствий (12 мин)	27.10-09.11		
18.	Прыжок в длину с разбега	27.10-09.11		
19.	ИОТ-17-2021. История гимнастики	10.11-16.11		
20.	Строевые упражнения. Кувырки вперед и назад	10.11-16.11		
21.	Кувырки в группировке. Стойка на лопатках	17.11-23.11		
22.	Связки акробатических элементов	17.11-23.11		
23.	Акробатическая комбинация	24.11-30.11		
24.	Акробатическая комбинация	24.11-30.11		
25.	Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке	01.12-07.12		
26.	Силовые упражнения в висах и упорах	01.12-07.12		
27.	Подтягивание в висе, висе лёжа	08.12-14.12		
28.	Круговая тренировка	08.12-14.12		
29.	ИОТ-21-2021. Строевые упражнения. Эстафеты с использованием изученных гимнастических упражнений	15.12-21.12		
30.	Способы регулирования физической нагрузки	15.12-21.12		
31.	Строевые упражнения. Эстафеты с использованием изученных гимнастических	22.12-28.12		

	упражнений			
32.	Строевые упражнения. Эстафеты с использованием изученных гимнастических упражнений	22.12-28.12		
33.	ИОТ-89-2021. Экипировка и инвентарь лыжника. Виды лыжного спорта и его история. Классические ходы	12.01-18.01		
34.	ИОТ-18-2021. Скользящий шаг и попеременный двухшажный ход	12.01-18.01		
35.	Попеременный двухшажный и одновременный бесшажный ходы	19.01-25.01		
36.	Попеременный двухшажный и одновременный бесшажный ходы	19.01-25.01		
37.	Безопасность при занятиях горной техникой. Спуск в высокой стойке, торможение падением, подъём «ёлочкой»	26.01-01.03		
38.	Попеременный двухшажный и одновременный бесшажный ходы	26.01-01.03		
39.	Спуск в высокой стойке, подъём «ёлочкой» и «полуёлочкой»	02.02-08.02		
40.	Попеременный и одновременный двухшажные ходы, одновременный бесшажный ход	02.02-08.02		
41.	Спуск в высокой стойке, торможение «плугом», подъём «ёлочкой» и «полуёлочкой»	09.02-15.02		
42.	Равномерное передвижение по дистанции с использованием техники изученных ходов до трёх км	09.02-15.02		
43.	Спуск в высокой стойке, торможение «плугом», подъём «ёлочкой» и «полуёлочкой»	16.02-22.02		
44.	Равномерное передвижение по дистанции с использованием техники изученных ходов до трёх км	16.02-22.02		
45.	Прохождение отрезков до 500 м с общим объёмом до полутора км	23.02-01.03		
46.	Игры и эстафеты на лыжах	23.02-01.03		
47.	Виды лыжного спорта. Лыжные гонки 1 км	02.03-08.03		
48.	ИОТ-20-2021. Развитие баскетбол в России (СССР) и за рубежом	02.03-08.03		
49.	Технические приёмы баскетбола без мяча (стойки, перемещения, остановки). Подвижные игры и эстафеты и использованием технических приемов без мяча	09.03-15.03		
50.	Передача двумя от груди и ловля мяча на месте с изменением расстояния и направления передачи. Подвижные игры с этими упражнениями	09.03-15.03		
51.	Передача одной от плеча и ловля мяча на месте. Передачи и ловля мяча в движении. Правило «пробежки». Подвижная игра «Мяч капитану» с использованием только передач	16.03-22.03		
52.	Выполнение технических приёмов баскетбола в различных сочетаниях. Броски по кольцу с	16.03-22.03		

	расстояния 2 – 3 м. Учебная игра «Мини-баскетбол»			
53.	Сведения из истории и теории волейбола. Основные технические приёмы волейбола. Стойки и перемещения	23.03-05.04		
54.	Приём и передача сверху двумя руками	23.03-05.04		
55.	Приём мяча снизу двумя руками	06.04-12.04		
56.	Нижняя прямая подача	06.04-12.04		
57.	Терминология игры. Прямой нападающий удар	13.04-19.04		
58.	Основные технические приёмы с мячом. Специальные упражнения в волейболе. Передача двумя руками сверху. «Пионербол»	13.04-19.04		
59.	Передача двумя руками сверху – закрепление. Приём двумя руками снизу – ознакомление	20.04-26.04		
60.	Нижняя прямая подача мяча – ознакомление. Закрепление техники приёма и передачи мяча в парах	20.04-26.04		
61.	Закрепления техники приёмов игры. Ознакомление с начальными тактическими действиями в защите и нападении	27.04-03.05		
62.	Пионербол (игра 4-мя командами)	27.04-03.05		
63.	ИОТ-19-2021. Прыжок в высоту с разбега «перешагиванием». Закрепление навыков спринтерского бега	04.05-10.05		
64.	Техники прыжка в высоту с разбега «перешагиванием».	04.05-10.05		
65.	Прыжок в длину с места, челночный бег (3 x 10 м)	11.05-17.05		
66.	Закрепление техники метания малого мяча и техники бега на выносливость	11.05-17.05		
67.	Закрепление техники метания малого мяча. Бег 1000 м	18.05-24.05		
68.	Закрепление техники метания малого мяча. Легкоатлетические эстафеты	18.05-24.05		
69.	Метание малого мяча на дальность. Легкоатлетические эстафеты	25.05-31.05		
70.	Бег 100 м., метание малого мяча, прыжки в длину с разбега	25.05-31.05		
	Итого:	70		

Календарно-тематическое планирование

Физическая культура 8 класс

2 часа в неделю

№ урока	Наименование разделов и тем	Плановые сроки прохождения	Скорректированные сроки прохождения	
			8а	8б
1.	Вводный инструктаж. Спринтерский бег, эстафетный бег	01.09-07.09		
2.	ИОТ-89-2021. Высокий старт. Эстафетный бег			
3.	ИОТ-19-2021. Эстафетный бег.	08.09-14.09		
4.	Бег по дистанции. Финиширование. Эстафеты			
5.	Прыжок в длину согнув ноги, метание малого мяча	15.09-21.09		
6.	Бег 60м. Круговая эстафета. Метание мяча			
7.	Прыжок в длину согнув ноги, метание малого мяча	22.09-28.09		
8.	Бег на средние дистанции			
9.	Бег 1500 метров без учёта времени.	29.09-05.10		
10.	Прыжки и многоскоки. Развитие силовых и координационных способностей			
11.	Техника прыжка. Развитие силовых и координационных способностей	06.10-12.10		
12.	Прыжок в длину с разбега			
13.	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий	13.10-19.10		
14.	Бег на выносливость			
15.	Равномерный бег	20.10-26.10		
16.	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий			
17.	Равномерный бег, метание	27.10-09.11		
18.	Равномерный бег, прыжки			
19.	ИОТ-17-2021. Строевые упражнения	10.11-16.11		
20.	Висы и упоры. Строевые упражнения			
21.	Висы и упоры. Строевые упражнения	17.11-23.11		
22.	Кувырок вперёд			
23.	Перекат назад	24.11-30.12		
24.	Стойка на лопатках			
25.	Стойка на голове	01.12-07.12		
26.	Акробатический «мост»			
27.	Акробатическая комбинация	08.12-14.12		
28.	Акробатическая комбинация			
29.	Акробатическая комбинация	15.12-21.12		
30.	Акробатическая комбинация			
31.	Подтягивание из положения виса	22.12-28.12		

32.	ИОТ-21-2021 Эстафеты с элементами акробатика			
33.	ИОТ-89-2021. Переноска лыж	12.01-18.01		
34.	ИОТ-18-2021. Лыжные ходы			
35.	Спуски и подъёмы	19.01-25.01		
36.	Спуски и подъёмы			
37.	Лыжные ходы	26.01-01.02		
38.	Передвижение на лыжах			
39.	Передвижение на лыжах	02.02-08.02		
40.	Передвижение на лыжах (2км)	02.02-08.02		
41.	Передвижение на лыжах (3км)	09.02-15.02		
42.	Передвижение на лыжах по пересечённой местности			
43.	Передвижение на лыжах по пересечённой местности	16.02-22.02		
44.	Передвижение на лыжах по пересечённой местности			
45.	Лыжные гонки	23.02-01.02		
46.	Лыжные гонки			
47.	Лыжная эстафета			
48.	ИОТ-20-2021 Терминология спортивных игр. Правила и организация избранной игры	02.03-08.03		
49.	Передвижение игрока, повороты с мячом	09.03-15.03		
50.	Передвижение игрока, повороты с мячом			
51.	Техника ведения мяча в движении	16.03-22.03		
52.	Передача мяча разными способами в движении. Баскетбол			
53.	Передача мяча разными способами в движении. Баскетбол	23.03-05.04		
54.	Стойка волейболиста и передвижения, повороты, остановки			
55.	Прием и передача мяча сверху двумя руками	06.04-12.04		
56.	Прием и передача мяча сверху двумя руками			
57.	Передача мяча снизу	13.04-19.04		
58.	Нижняя прямая подача мяча			
59.	Нижняя прямая подача мяча	20.04-26.04		
60.	Прямой нападающий удар			
61.	Комбинации из освоенных элементов (прием, передача, удар)	27.04-03.05		
62.	Тактика игры в волейбол			
63.	ИОТ-19-2021 Преодоление препятствий	04.05-10.05		
64.	Бег на результат 60 м			
65.	Бег по дистанции. Челночный бег 3x10.	11.05-17.05		
66.	Бег по пересечённой местности 17 мин			
67.	Бег 2000 м без учёта времени	18.05-24.05		
68.	Финальное усилие. Эстафеты			
69.	Эстафетный бег	25.05-31.05		
70.	Разновидности прыжков			
	Итого:	70		

**Календарно-тематическое планирование
Физическая культура 9 класс**

2 часа в неделю

№ урока	Наименование разделов и тем	Плановые сроки прохождения	Скорректированные сроки прохождения	
			9а	9б
1.	Вводный инструктаж. Спринтерский бег, эстафетный бег	01.09-06.09		
2.	ИОТ-89-2021. Высокий старт. Эстафетный бег			
3.	ИОТ-19-2021. Эстафетный бег.	07.09-13.09		
4.	Бег по дистанции. Финиширование. Эстафеты			
5.	Прыжок в длину согнув ноги, метание малого мяча	14.09-20.09		
6.	Бег 60м. Круговая эстафета. Метание мяча			
7.	Прыжок в длину согнув ноги, метание малого мяча	21.09-27.09		
8.	Бег на средние дистанции			
9.	Бег 1500 метров без учёта времени.	28.09-04.10		
10.	Прыжки и многоскоки. Развитие силовых и координационных способностей			
11.	Техника прыжка. Развитие силовых и координационных способностей	05.10-11.10		
12.	Прыжок в длину с разбега			
13.	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий	12.10-18.10		
14.	Бег на выносливость			
15.	Равномерный бег	19.10-25.10		
16.	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий			

17.	Равномерный бег, метание	26.10-08.11		
18.	Равномерный бег, прыжки			
19.	ИОТ-17-2021. Строевые упражнения	09.11-15.11		
20.	Висы и упоры. Строевые упражнения			
21.	Висы и упоры. Строевые упражнения	16.11-22.11		
22.	Кувырок вперёд			
23.	Перекат назад	23.11-29.11		
24.	Стойка на лопатках			
25.	Стойка на голове	30.11-06.12		
26.	Акробатический «мост»			
27.	Акробатическая комбинация	07.12-13.12		
28.	Акробатическая комбинация			
29.	Акробатическая комбинация	14.12-20.12		
30.	Акробатическая комбинация			
31.	Подтягивание из положения виса	21.12-27.12		
32.	ИОТ-21-2021. Эстафеты с элементами акробатика			
33.	ИОТ-89-2021. Переноска лыж	11.01-17.01		
34.	ИОТ-18-2021. Лыжные ходы			
35.	Спуски и подъёмы	18.01-24.01		
36.	Спуски и подъёмы			
37.	Лыжные ходы	25.01-31.01		
38.	Передвижение на лыжах			
39.	Передвижение на лыжах	01.02-07.02		
40.	Передвижение на лыжах (2км)			
41.	Передвижение на лыжах (3км)	08.02-14.02		
42.	Передвижение на лыжах по пересечённой местности			
43.	Передвижение на лыжах по пересечённой местности	15.02-21.02		
44.	Передвижение на лыжах по пересечённой местности			
45.	Лыжные гонки	22.02-28.02		
46.	Лыжные гонки			

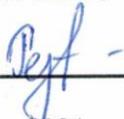
47.	Лыжная эстафета	01.03-07.03		
48.	ИОТ-20-2021. Терминология спортивных игр. Правила и организация избранной игры			
49.	Передвижение игрока, повороты с мячом	08.03-14.03		
50.	Передвижение игрока, повороты с мячом			
51.	Техника ведения мяча в движении	15.03-21.03		
52.	Передача мяча разными способами в движении. Мини-баскетбол			
53.	Передача мяча разными способами в движении. Мини-баскетбол	22.03-04.04		
54.	Стойка волейболиста и передвижения, повороты, остановки			
55.	Прием и передача мяча сверху двумя руками	05.04-11.04		
56.	Прием и передача мяча сверху двумя руками			
57.	Передача мяча снизу	12.04-18.04		
58.	Нижняя прямая подача мяча			
59.	Нижняя прямая подача мяча	19.04-25.04		
60.	Прямой нападающий удар			
61.	Комбинации из освоенных элементов (прием, передача, удар)	26.04-02.05		
62.	Тактика игры в волейбол			
63.	ИОТ-19-2021. Преодоление препятствий	03.05-09.05		
64.	Бег на результат 60 м			
65.	Бег по дистанции. Челночный бег 3x10.	10.05-16.05		
66.	Бег по пересечённой местности 17 мин			
67.	Бег 2000 м без учёта времени	17.05-23.05		
68.	Финальное усилие. Эстафеты			
	Итого:	68		

СОГЛАСОВАНО:

Протокол заседания методического
объединения учителей физической
культуры от 31.08.2021 № 01

Руководитель ШМО

/ Резчиков К.И. /



«31» августа 2021 год

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора по УВР



/ Шахова Е.Ю

«31» августа 2021 год