

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**  
**9 класс НА 2021-2022 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Номер урока	Дата урока		Тема урока	Д/з
	9 б	9 в		
1.	01.09	02.09	Вводный инструктаж по технике безопасности при занятиях физической культурой. Индивидуальные комплексы адаптивной (лечебной) и корригирующей физической культуры	Комплекс №1 стр.5-6 S1
2.	02.09	03.09	Беговые упражнения. Низкий старт. Инструктаж по т.б. при занятиях легкой атлетикой.	Комплекс №1 S20
3.	08.09	09.09	Беговые упражнения. Низкий старт . Бег 30 м	Комплекс №1
4.	09.09	10.09	Беговые упражнения. Стартовый разгон, финиширование	Комплекс №1 S2
5.	15.09	16.09	Беговые упражнения. Бег 60 м	Комплекс №1
6.	16.09	17.09	Беговые упражнения. Длительный бег	Комплекс №1 S3
7.	22.09	23.09	Беговые упражнения. Равномерный бег	Комплекс №1
8.	23.09	24.09	Беговые упражнения. Бег 1000 м	Комплекс №1 S4
9.	29.09	30.09	Беговые упражнения. Челночный бег	Комплекс №1
10.	30.09	01.10	Беговые упражнения. Старты из разных исходных положений	Комплекс №1 S5
11.	06.10	07.10	Беговые упражнения. Круговая тренировка	Комплекс №1
12.	07.10	08.10	Прыжковые упражнения. Прыжок в высоту способом «перекидной»	Комплекс №1 S6
13.	13.10	14.10	Прыжковые упражнения. Прыжок в высоту способом «перекидной»	Комплекс №1
14.	14.10	15.10	Прыжковые упражнения. Прыжок в длину с места.	Комплекс №1 S19
15.	20.10	21.10	Инструктаж по технике безопасности при занятиях гимнастикой. Висы. Строевые упражнения.	Комплекс №1
16.	21.10	22.10	Висы. Строевые упражнения	Комплекс №1 S24

Номер урока	Дата урока		Тема урока	Д/з
	9 б	9 в		
17.	27.10	28.10	Висы. Строевые упражнения. Наклон вперед из положения стоя.	Комплекс №2
18.	28.10	29.10	Висы. Строевые упражнения.	Комплекс №2 S7
19.	10.11	11.11	Опорный прыжок	Комплекс №2
20.	11.11	12.11	Опорный прыжок. Поднимание туловища из положения лежа за 30 сек.	Комплекс №2 S8
21.	17.11	18.11	Опорный прыжок.	Комплекс №2
22.	18.11	19.11	Опорный прыжок.	Комплекс №2 S9
23.	24.11	25.11	Акробатика. Лазанье. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	Комплекс №2
24.	25.11	26.11	Акробатика. Лазанье	Комплекс №2 S10
25.	01.12	02.12	Акробатика. Лазанье	Комплекс №2
26.	02.12	03.12	Акробатика. Лазанье. Прыжки на скакалке за 60 сек.	Комплекс №2 S11
27.	08.12	09.12	Акробатика. Лазанье	Комплекс №2
28.	09.12	10.12	Планирование занятий физической культурой по развитию гибкости	Комплекс №2 S12
29.	15.12	16.12	Инструктаж по т.б. при занятиях спорт. Играми. Волейбол. Приём и передача мяча сверху двумя руками в прыжке.	Комплекс №2
30.	16.12	17.12	Волейбол. Передача мяча сверху двумя руками стоя спиной в направлении передачи	Комплекс №2 S13
31.	22.12	23.12	Волейбол. Приём мяча отражённого сеткой	Комплекс №2 S15
32.	23.12	24.12	Волейбол. Приём нижней прямой подачи	Комплекс №2
33.	29.12	13.01	Волейбол. Приём мяча одной рукой с последующим перекатом в сторону	Комплекс №3 S14
34.	12.01	14.01	Волейбол. Приём мяча сверху двумя руками с перекатом на спине	
35.	13.01	20.01	Волейбол. Верхняя прямая подача	Комплекс №3
36.	19.01	21.01	Волейбол. Прямой нападающий удар через сетку (по ходу)	Комплекс №3 S16

Номер урока	Дата урока		Тема урока	Д/з
	9 б	9 в		
37.	20.01	27.01	Волейбол. Прямой нападающий удар через сетку (по ходу)	Комплекс №3
38.	26.01	28.01	Волейбол. Индивидуальное блокирование	Комплекс №3 S17
39.	27.01	03.02	Волейбол. Индивидуальное блокирование	Комплекс №3
40.	02.02	04.02	Волейбол. Групповое блокирование	Комплекс №3 S21
41.	03.02	10.02	Волейбол. Групповое блокирование	Комплекс №3
42.	09.02	11.02	Волейбол. Страховка при индивидуальном и групповом блокировании	Комплекс №3 S22
43.	10.02	17.02	Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для индивидуальных занятий	Комплекс №3
44.	16.02	18.02	Профессионально-прикладная физическая подготовка	Комплекс №3 S23
45.	17.02	24.02	Баскетбол. Сочетание приемов передвижения и остановок мяча	Комплекс №3
46.	24.02	25.02	Баскетбол. Сочетание приемов передвижения и остановок мяча	Комплекс №3 S18
47.	02.03	03.03	Баскетбол. Сочетание приемов передач, ведения, бросков мяча	Комплекс №3
48.	03.03	04.03	Баскетбол. Сочетание приемов п-редач, ведения, бросков мяча	Комплекс №3 S25
49.	09.03	10.03	Баскетбол. Бросок мяча одной рукой от плеча в прыжке	Комплекс №3
50.	10.03	11.03	Баскетбол. Бросок мяча одной рукой от плеча в прыжке	Комплекс №3 S26
51.	16.03	17.03	Баскетбол. Вырывание и выбивание мяча	Комплекс №4
52.	17.03	18.03	Баскетбол. Вырывание и выбивание мяча	Комплекс №4 S27
53.	06.04	07.04	Баскетбол. Перехват мяча	Комплекс №4 S28
54.	07.04	08.04	Баскетбол. Взаимодействия игроков	Комплекс №4
55.	13.04	14.04	Баскетбол. Взаимодействия игроков	Комплекс №4 S29
56.	14.04	15.04	Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр	Комплекс №4

Номер урока	Дата урока		Тема урока	Д/з
	9 б	9 в		
57.	20.04	21.04	Организация и проведение пеших туристских походов. Требования к технике безопасности и бережное отношение к природе (экологические требования)	Комплекс №4 S30
58.	21.04	22.04	Прыжковые упражнения. Прыжок в длину	Комплекс №4
59.	27.04	28.04	Прыжковые упражнения. Прыжок в длину с места.	Комплекс №4 S31
60.	28.04	29.04	Беговые упражнения. Круговая тренировка	Комплекс №4
61.	04.05	05.05	Метание малого мяча	Комплекс №4 S32
62.	05.05	06.05	Метание малого мяча	Комплекс №4
63.	11.05	12.05	Беговые упражнения. Бег на 1000 м.	Комплекс №4 S33
64.	12.05	13.05	Бег 60 м. Кроссовый бег	Комплекс №4
65.	18.05	19.05	Беговые упражнения. <b>Итоговый годовой контрольный тест: бег 6 мин.</b>	Комплекс №4 S34
66.	19.05	20.05	Бег 30 м. Кроссовый бег	Комплекс №4 S35
67.	25.05	26.05	Беговые упражнения. Эстафетный бег	Комплекс №4
68.	26.05	27.05	Беговые упражнения. Многоскоки	Комплекс №4