Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение средняя общеобразовательная школа №2 с. Кармаскалы муниципального района Кармаскалинский район Республики Башкортостан

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДАЮ
на заседании ШМО	Заместитель директор по УВР	Директор школы
/ Яхин Р.М./	/ Юламанова Л.В./	/Климкин М.Н./
Протокол № 1 от 27.08. 2015г.	28.08.2015г.	Приказ №130 от 29 .08.2015г.

Календарно-тематическое планирование
по физической культуре
8в класс
на 2015-2016 учебный год

Количество часов 105 часов
Составитель Яхин Р.М

с. Кармаскалы

2015

Календарно - тематический план для 8 в класса

№ П / п	Тема урока	Дата проведения		Примечание
		План.	Факт.	
I-четверть. Легкая атлетика 16часов				
1	Инструктаж по технике безопасности на уроке легкой атлетике	3.09		
2	Обучение: низкий старт и стартовый разгон	5.09		
3	Совершенствование: низкий старт и стартовый разгон	8.09		
4	Зачет: низкий старт и стартовый разгон	10.09		
5	Обучение: высокий старта	12.09		
6	Совершенствование: высокого старта	15.09		
7	Зачет: высокий старт	17.09		
8	Обучение: прыжок в длину с разбега	19.09		
9	Совершенствование: прыжок в длину с разбега	22.09		
10	Зачет: прыжок в длину с разбега	26.09		
11	Обучение: метание мяча 150г. с разбега	29.09		
12	Совершенствование: метание мяча 150г. с разбега	1.10		
13	Зачет: метание мяча 150г. с разбега	3.10		
14	Медленный бег до 3 мин	6.10		
15	Медленный бег до 5 мин	8.10		
16	Зачёт: кросс 2000 метров	10.10		
Баскетбол 8 часов				
17	Инструктаж по технике безопасности на уроках баскетбола	13.10		
18	Обучение: бросок мяча после ведения	15.10		
19	Совершенствование: бросок мяча после ведения	17.10		
20	Зачет: бросок мяча после ведения	20.10		
21	Обучение: передача мяча в парах в движении	22.10		
22	Совершенствование: передача мяча в парах в движении	24.10		
23	Зачет: передача мяча в парах в движении	27.10		
24	Обучение: штрафной бросок	29.10		
II-четверть. Гимнастика-16ч.				
25	Инструктаж по технике безопасности на уроках гимнастики	5.11		
26	Обучение: кувырок вперед и назад (слитно)	7.11		
27	Совершенствование: кувырок вперед и назад (слитно)	10.11		
28	Зачет: кувырок вперед и назад (слитно)	12.11		
29	Обучение: длинный кувырок вперед	14.11		
30	Совершенствование: длинный кувырок вперед	17.11		
31	Зачет: длинный кувырок вперед	19.11		

32	Обучение: М - стойка на голове и руках, Д - «мост» из положения лёжа	21.11		
33	Совершенствование: М - стойка на голове и руках, Д – « мост» из положения лёжа	24.11		
34	Зачет: М - стойка на голове и руках, Д – «мост» из положения лёжа	26.11		
35	Обучение: акробатическая комбинация 3-4 элемента	28.11		
36	Совершенствование: акробатическая комбинация 3-4 элемента	1.12		
37	Зачет: акробатическая комбинация 3-4 элемента	3.12		
38	Обучение: опорный прыжок через козла в длину (ю), в ширину (д)	5.12		
39	Совершенствование: опорный прыжок через козла в длину (ю), в ширину (д)	8.12		
40	Зачет: опорный прыжок через козла	10.12		
Волейбол 8 часов				
41	Инструктаж по технике безопасности на уроках волейбола	12.12		
42	Обучение: приём и передача мяча сверху	15.12		
43	Совершенствование: приём и передача мяча сверху	17.12		
44	Зачет: приём и передача мяча сверху	19.12		
45	Обучение: передача мяча через сетку с перемещением	22.12		
46	Совершенствование: передача мяча через сетку с перемещением	24.12		
47	Зачет: передача мяча через сетку с перемещением	26.12		
48	Двухсторонняя игра	29.12		
III-четверть. Лыжная подготовка-22ч.				
49	Инструктаж по технике безопасности на уроках лыжной подготовки	14.01		
50	Обучение: одновременный одношажный ход	16.01		
51	Совершенствование: одновременный одношажный ход	19.01		
52	Зачет: одновременный одношажный ход	21.01		
53	Обучение: одновременный двухшажный ход	23.01		
54	Совершенствование: одновременный двухшажный ход	26.01		
55	Зачет: одновременный двухшажный ход	28.01		
56	Обучение: попеременный двухшажный ход	30.01		
57	Совершенствование: попеременный двухшажный ход	2.02		
58	Зачет: попеременный двухшажный ход	4.02		
59	Обучение: торможение плугом	6.02		
60	Совершенствование: торможение плугом	9.02		
61	Зачет: торможение плугом	11.02		

62	Обучение: повороты плугом	13.02		
63	Совершенствование: повороты плугом	16.02		
64	Зачет: повороты плугом	18.02		
65	Обучение: спуски с поворотом	20.02		
66	Совершенствование: спуски с поворотом	25.02		
67	Зачет: спуски с поворотом	27.02		
68	Прохождение дистанции до 2 км.	1.03		
69	Прохождение дистанции 3км	3.03		
70	Зачет: лыжные гонки (ю)-3 км, (д)-2 км	5.03		
Баскетбол 7 часов				
71	Обучение: бросок мяча одной рукой от плеча	10.03		
72	Совершенствование: бросок мяча одной рукой от плеча	12.03		
73	Зачёт: бросок мяча одной рукой от плеча	15.03		
74	Обучение: ведение мяча с изменением направления	17.03		
75	Совершенствование: ведение мяча с изменением направления	19.03		
76	Зачёт: ведение мяча с изменением направления	22.03		
77	Обучение: штрафного броска	24.03		
IV-четверть. Легкая атлетика-18 часов				
78	Инструктаж по технике безопасности на уроках лёгкой атлетики	5.04		
79	Обучение: старт с опорой на одну руку	7.04		
80	Совершенствование: старт с опорой на одну руку	9.04		
81	Зачет: старт с опорой на одну руку	12.04		
82	Обучение: низкий старт и стартовый разгон	14.04		
83	Совершенствование: низкий старт и стартовый разгон	16.04		
84	Зачёт: низкий старт и стартовый разгон	19.04		
85	Обучение: прыжок в длину с разбега «согнув ноги»	21.04		
86	Совершенствование: прыжок в длину с разбега «согнув ноги»	23.04		
87	Зачёт: прыжок в длину с разбега « согнув ноги»	26.04		
88	Бег 60 метров с низкого старта	28.04		
89	Обучение: метание мяча 150гр. с разбега на дальность	30.04		
90	Совершенствование: метание мяча 150гр. с разбега на дальность	3.05		
91	Зачёт: метание мяча 150гр. с разбега на дальность	5.05		
92	Обучение: бег 30 метров с высокого старта	7.05		
93	Совершенствование: бег 30 метров с высокого старта	10.05		

94	Зачет: бег 30 метров с высокого старта	12.05		
95	Челночный бег 4 по10.	14.05		
Футбол 10 часов				
96	Инструктаж по технике безопасности на уроках футбола	17.05		
97	Обучение: удар по мячу носком	19.05		
98	Совершенствование: удар по мячу носком	21.05		
99	Зачет: удар по мячу носком	24.05		
100	Обучение: ведение мяча в различных направлениях	26.05		
101	Совершенствование: ведение мяча в различных направлениях	28.05		
102	Зачет: ведение мяча в различных направлениях	31.05		
103	Тактические действия в защите и нападении			
104	Двусторонняя учебная игра футбол			
105	Двусторонняя учебная игра футбол с заданиями			