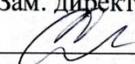


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ГОРОДА ДЖАНКОЯ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА №8»**

**РАССМОТРЕНО**

МО учителей физической  
культуры и ОБЗР  
(протокол от 28.08.2025 №1)

**СОГЛАСОВАНО**

Зам. директора по УВР  
 Лемешко А.В.  
28.08.2025

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказ МОУ «СШ №8»  
от 29.08.2025 № 440

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
По учебному плану  
«Физическая культура»  
Для 9-А,Б,В классов  
(составлено на основе ФРП ООО «Физическая культура»)**

**Составитель  
Сейдаметов Н.Д.**

**ДЖАНКОЙ, 2025**

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения		Дополнительные сведения
		всего	контрольные работы	Практические работы	план	факт	
	<b>Модуль «Легкая атлетика» (16 ч.)</b>				<b>А, Б, В,</b>	<b>А, Б, В,</b>	
1	<b>Первичный инструктаж по ТБ.</b> Зарождение олимпийского движения в дореволюционной России, роль А.Д. Бутовского в развитии отечественной системы физического воспитания и спорта. Ведение дневника физической культуры. Бег на короткие дистанции. Бег 30, 60м.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
2	ТБ. Специальные беговые упражнения. Бег на короткие дистанции. Старт с опорой на одну руку и последующим ускорением. Бег 30, 60м. Метание малого (теннисного) мяча по движущейся (катящейся) с разной скоростью мишени.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
3	ТБ. Бег с преодолением препятствий способами «наступление» и «прыжковый бег». <b>Бег 30м – на результат.</b> Бег в чередовании с ходьбой 6 мин.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
4	ТБ. «Бег с максимальной скоростью на короткие дистанции». «Влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности современного человека».	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>

5	ТБ. «Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции». «Самостоятельное составление индивидуального режима дня». Подвижные игры.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
6	ТБ. «Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции». <b>Равномерный бег (1500м) - на результат.</b> Подвижные игры.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
7	ТБ. «Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги». «Упражнения для поддержания оптимальной работоспособности мышц опорно-двигательного аппарата в режиме учебной деятельности». Подвижные игры.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
8	ТБ. «Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги. Подвижные игры.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
9	ТБ. «Прыжок в длину с места». «Упражнения для физкультпауз». Подвижные игры.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
10	ТБ. <b>«Прыжок в длину с места» - на результат.</b> Подвижные игры	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
11	ТБ. Прыжки в высоту способом «перешагивание» с прямого разбега. Подвижные игры.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
12	ТБ. Прыжки в высоту способом «перешагивание» с прямого разбега. Подвижные игры.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>

13	ТБ. «Метание малого (теннисного) мяча по движущейся (катящейся) с разной скоростью мишени». ТБ. «Оздоровительные комплексы для самостоятельных занятий: для профилактики нарушения осанки». Подвижные игры.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
14	ТБ. «Метание малого (теннисного) мяча по движущейся (катящейся) с разной скоростью мишени». «Оздоровительные комплексы для самостоятельных занятий: для дыхательной гимнастики». Подвижные игры.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
15	ТБ. «Метание малого мяча на дальность». «Оздоровительные комплексы для самостоятельных занятий: для зрительной гимнастики». Подвижные игры.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
16	ТБ. «Метание малого мяча на дальность» - <i>на результат</i> . Правила и способы самостоятельного развития физических качеств	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
	<b>Модуль «Гимнастика» (16 ч.)</b>						
17	ТБ. «Кувырок вперед и назад в группировке». «Упражнения на формирование телосложения». Подвижные игры.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
18	ТБ. «Кувырок вперед и назад в группировке». <b>Подтягивание в висе (м), и в висе лежа (д) – нарезультат</b> . Подвижные игры.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
19	ТБ. «Кувырок назад в группировке». <b>Подъем туловища из положения лежа (за 1 мин) – на результат</b> . «Способы определения индивидуальной физической нагрузки».	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>

20	ТБ. «Кувырок назад стойки на лопатках (д), стойка на голове с опорой на руки (м)». «Упражнения для профилактики нарушения осанки». Подвижные игры.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
21	ТБ. Кувырок вперёд. «Упражнения на развитие гибкости». <b>Наклон вперед из положения стоя - нарезультат.</b> Подвижные игры.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
22	ТБ. Техника выполнения изученной акробатической комбинации (два кувырка вперед слитно, кувырок назад, стойка на лопатках (д), стойка на голове с опорой на руки (м) пережат в присед, прыжок на 180) – <b>на результат.</b>	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
23	ТБ. Физическая подготовка и её влияние на развитие систем организма, связь с укреплением здоровья, физическая подготовленность как результат физической подготовки. Подвижные игры.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
24	ТБ. Гимнастическая комбинация на низком гимнастическом бревне (передвижение шагом и бегом). Опорный прыжок через козла, «согнув ноги» (м), «ноги врозь» (д). Подвижные игры.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
25	ТБ. Гимнастическая комбинация на низком гимнастическом бревне (поворотами с разнообразными движениями рук и ног, удержанием статических поз (д). Опорный прыжок через козла, «согнув ноги» (м), «ноги врозь» (д).	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
26	ТБ. «Упражнения на невысокой гимнастической перекладине: висы, упоры ранее изученных упражнений». Опорный прыжок через козла, «согнув ноги» (м), «ноги врозь» (д).	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>

27	ТБ. «Упражнения на невысокой гимнастической перекладине: висы, упоры ранее изученных упражнений». <b>Опорный прыжок через козла, «согнув ноги» (м), «ноги врозь» (д) – на результат.</b> Подвижные игры.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
28	ТБ. «Лазанье по канату в два приёма (мальчики)». Подвижные игры.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
29	ТБ Теоретические основы плавания кролем на груди. Упражнения на суше – имитация способа кроль. Особенности вводной среды.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
30	ТБ. Теоретические основы плавания брассом на груди. Упражнения на суше – имитация способа брасс.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
31	ТБ. Теоретические основы лыжной подготовки. Виды лыжных ходов. Имитация: торможение и поворот на лыжах упором при спуске с пологого склона, переход с передвижения попеременным двухшажным ходом на передвижение одновременным одношажным ходом и обратно.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
32	ТБ. Техника лыжных ходов. Стили лыжных ходов. Имитация: спуски и подъёмы ранее освоенными способами.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
	<b>Модуль «Спортивные игры» «Баскетбол» (10ч.)</b>						
33	ТБ. «Передача и ловля мяча после отскока от пола». Подвижные игры.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>

34	ТБ. «Передача и ловля мяча после отскока от пола». Подвижные игры с элементами баскетбола.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
35	ТБ. «Передача и ловля мяча после отскока от пола». Подвижные игры с элементами баскетбола.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
36	ТБ. <b>Передача и ловля мяча после отскока от пола – на результат.</b> Ведение мяча.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
37	ТБ. Бросок в корзину двумя руками снизу и от груди после ведения. Подвижные игры с элементами баскетбола.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
38	ТБ. «Бросок в корзину двумя руками снизу и от груди после ведения. Подвижные игры с элементами баскетбола.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
39	ТБ. « Бросок в корзину двумя руками снизу и от груди после ведения. Подвижные игры с элементами баскетбола.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
40	ТБ. « <b>Бросок в корзину двумя руками снизу и от груди после ведения – на результат.</b> Подвижные игры с элементами баскетбола	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
41	Совершенствование ранее разученные технические действия с мячом. ТБ. Подвижные игры с элементами баскетбола.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
42	Совершенствование ранее разученные технические действия с мячом. ТБ. Подвижные игры с элементами баскетбола	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>

	<b>Модуль «Спортивные игры» «Волейбол» (8ч.)</b>					
43	Беседа по ТБ во время занятий волейболом. История развития волейбола. Стойка волейболиста Способы передвижения игроков по площадке. Приём и передача волейбольного мяча двумя руками снизу .	1		1		<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
44	ТБ. Приём и передача волейбольного мяча двумя руками сверху. Спортивная игра «Пионербол».	1		1		<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
45	ТБ. «Приём и передача волейбольного мяча двумя руками сверху с разных зон площадки ». Спортивная игра «Пионербол».	1		1		<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
46	ТБ. «Приём и передача волейбольного мяча двумя руками сверху с разных зон площадки ». Спортивная игра «Пионербол».	1		1		<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
47	ТБ. Прямая верхняя подача мяча в волейболе. Спортивная игра «Пионербол».	1		1		<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
48	ТБ. Прямая верхняя подача мяча в волейболе.. Спортивная игра «Пионербол».	1		1		<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
49	ТБ. Совершенствование ранее разученные технические действия с мячом. <b>Передача мяча надсобой двумя руками – на результат.</b> Спортивная игра «Пионербол».	1		1		<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
50	ТБ. Совершенствование ранее разученные технические действия с мячом. Спортивная игра «Пионербол».	1		1		<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>

	<b>Модуль «Спортивные игры» «Футбол» (10ч.)</b>						
51	ТБ. «Средние и длинные передачи мяча по прямой и диагонали». Спортивная игра.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
52	ТБ. «Средние и длинные передачи мяча по прямой и диагонали». Спортивная игра.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
53	ТБ. «Средние и длинные передачи мяча по прямой и диагонали». Спортивная игра.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
54	ТБ. «Тактические действия при выполнении углового удара». Спортивная игра.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
55	ТБ. «Тактические действия при выполнении углового удара». Спортивная игра.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
56	ТБ. «Тактические действия при выбрасывании мяча из-за боковой линии». Спортивная игра.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
57	ТБ. «Тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой линии ». Спортивная игра.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a>
58	ТБ. Совершенствование техники. Спортивная игра.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>

59	ТБ. Совершенствование техники. Спортивная игра.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
60	«Правила и способы составления плана самостоятельных занятий физической подготовкой». Техника безопасности. – <i>на результат.</i>	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
	<b>Модуль «Спорт» (8ч)</b>						
61	Правила техники безопасности на уроках. ТБ. Комплекс ГТО. «Физическая подготовка». Укрепление здоровья через ВФСК ГТО Правила выполнения спортивных нормативов 4 ступени. Развитие скоростных способностей. Бег 30 м, 60 м.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
62	ТБ. ГТО. Бег 1500 м, 2000 м. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Развитие гибкости, скоростных способностей.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
63	ТБ. ГТО. Подтягивание из виса на высокой и низкой (девочки) перекладине. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Развитие скоростных способностей.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
64	ТБ. ГТО. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу или на гимнастической скамье. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Развитие силовых способностей.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
65	ТБ. ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>

66	ТБ. Челночный бег 3x10м. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Развитие силовых способностей.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
67	ТБ. Метание теннисного мяча весом 150гр. Метание теннисного мяча в цель. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Развитие выносливости.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
68	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Развитие выносливости. Подвижные игры.	1		1			<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> <a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a>
ОБЩЕЕ КОЛЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ 68			68				

Пронумеровано, прошито  
и скреплено печатью

*11 (единнадцать) листов*

Директор МОУ «СПШ №8»

В. И. Замирская

