

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С.ПОДСТЕПНОЕ»
ЭНГЕЛЬССКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

413166 ЭНГЕЛЬССКОГО РАЙОНА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ С.ПОДСТЕПНОЕ, УЛ.КИРОВА,
тел. 79-03-47 e-mail: shkpodst@mail.ru

Рассмотрена
на школьном методическом
объединении
протокол
№ 1
от 31.08.2017

Согласована
Заместитель директора по
УВР _____
М.Ю.Петрова Лилия

Утверждена
Директор школы: _____
Кеслер Л.Я.
Приказ № 143
от 01.09.2017



Рабочая программа
по предмету «Физическая культура»
для обучающихся 9 класса
МБОУ «Основная общеобразовательная школа с. Подstepное»
Энгельсского муниципального района Саратовской области
на 2017/2018 учебный год

Составитель:

Савиных Людмила Васильевна

Учитель физической культуры

1 категория

Пояснительная записка

Статус документа Настоящая программа по курсу «Физическая культура» для 9 класса создана на основе федерального компонента государственного стандарта основного образования, адресована общеобразовательным учебным заведениям (школа).

Концепция программы Программа детализирует и раскрывает содержание стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития учащихся средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения физической культуры, которые определены стандартом.

Программа актуальна, нова и значима.

Основа курса физической культуры призвана сформировать у обучающихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении и своему здоровью и физической подготовленности, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средства физической культуры в организации здорового образа жизни.

Место предмета «Физической культуры» в базисном учебном плане для образовательных учреждений Российской Федерации образовательная область «Физическая культура» представлена 2 образовательными компонентами: «Физическая культура» и «Основы безопасности жизнедеятельности».

Сроки реализации программы. Программа рассчитана на 1 год.

Структура программы Программный материал подобран с учетом возрастных особенностей класса.

Общая характеристика учебного процесса: методы, формы обучения и режим занятий. Основная задача обучения физической культуры – развитие школьника, как личности, осуществление этой задачи и представляет собой реализацию развивающей функции учебного предмета «Физическая культура». Прочные знания и умения достигаются следующими методами:

- словесный (рассказ, беседа)
- наглядный
- практические
- демонстрационный
- метод контроля и самоконтроля
- зачеты
- тесты

Формы организации обучения физической культуры разнообразны:

тестирование,
уроки путешествия,
урок игра,
урок сказка,
урок КВН ,
дополнительные занятия.

Режим занятий связан с общешкольным расписанием и проводится 3 часа в неделю 2-м, 6-м и 6-м уроком.
Логические связи данного предмета. Предмет связан с такими дисциплинами, как:

ОБЖ и биология.

Система оценки, достижения учащихся. Учащиеся оцениваются по пятибалльной системе «5» считать наивысшей оценкой. Для оценивания результатов обучения будут практиковаться следующие виды контроля:

Зачет

Тестирование.

Система условных обозначений.

Р – разучивание;

З – закрепление.

Краткое содержание программы

№	Тема	Часы
1.	Основы знаний	Каждый урок
2.	Строй	Каждый урок
3.	Общеразвивающие упражнения	Каждый урок
4.	Легкая атлетика (упражнения)	
5.	Баскетбол	
6.	Подвижные игры	Каждый урок
7.	КДП	

Литература:

Программы для образовательных учреждений «Физическая культура»
ДРОФА Москва – 2006.

Учебник «Физическая культура» 5,6,7 класс - под редакцией В.И.Ляха 2007 г.

Научно – методический журнал «Физкультура в школе».

Физкультура 9 класс. Поурочные планы по 3-х часовой программе 2 части. Сост. С.В. Курылев – Волгоград: Учитель – АСТ, 2005 г.

9 класс

I четверть

№ п/п	Наименование раздела программы	Тему урока	Количество часов	Тип урока	Элементы содержания	д/з	Дата проведения	
							план	факт
1.	Легкая атлетика	Спринтерский бег, эстафетный бег.	2	Вводный	Низкий старт до 30 м. Бег по дистанции 70-80 м. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Начало проектной работы «Готов к труду и обороне»	Комплекс 1	4.09 6.09	
			2	Совершенствование ЗУН	Низкий старт до 30 м. Бег по дистанции 70-80 м. Финиширование. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения.	Комплекс 1	8.09 11.09	
			2	Совершенствование ЗУН	Низкий старт до 30 м. Бег по дистанции 70-80 м. Финиширование. Эстафетный бег.	Комплекс 1	13.09 15.09	
			1	Учетный	Бег на результат 100 м. (мин). Специальные беговые упражнения. Эстафетный бег.	Комплекс 1	18.09	
		Прыжок в длину; метание малого мяча	2	Комплексный	Прыжок в длину способом «согнув ноги» с 11-13 беговых шагов. Метание малого мяча на дальность с места. Специальные беговые упражнения.	Комплекс 1	20.09 22.09	
			2	Комплексный	Прыжок в длину способом «согнув ноги» с 11-13 беговых шагов. Метание малого мяча на дальность с места. Специальные беговые упражнения.	Комплекс 1	25.09 27.09	

			1	Учетный	Прыжок в длину на результат и метание мяча на дальность.	Комплекс 1	29.09	
		Бег на средние дистанции	1	Комплексный	Бег 2000м (мальчики) и 1500м (девочки). ОРУ. Специальные беговые упражнения.	Комплекс 1	2.10	
2	Кроссовая подготовка	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий	2	Комплексный	Бег в равномерном темпе 15 мин. Специальные беговые упражнения. Преодоление горизонтальных препятствий. Спортивные игры.	Комплекс 1	4.10 6.10	
			1	Совершенствование ЗУН	Бег в равномерном темпе 15 мин. Специальные беговые упражнения. Преодоление горизонтальных препятствий. Спортивные игры.	Комплекс 1	9.10	
		Спорт. игры	2	Совершенствование ЗУН	. Бег в равномерном темпе 15 мин. Специальные беговые упражнения. Преодоление горизонтальных препятствий. Спортивные игры.	Комплекс 1	11.10 13.10	
			3	Совершенствование ЗУН	Бег в равномерном темпе 15 мин. Специальные беговые упражнения. Преодоление вертикальных препятствий. Спортивные игры.	Комплекс 1	16.10 18.10 20.10	
			1	Совершенствование ЗУН	Бег в равномерном темпе 15 мин. Специальные беговые упражнения. Преодоление вертикальных препятствий. Спортивные игры.	Комплекс 1	23.10	
			1	Учетный	Бег на результат 3000 м. (юноши) и 2000 м. (девочки).	Комплекс 1	25.10	
			1		Контрольная работа (пробное тестирование обучающихся по программе ВФСК «ГТО»)	Комплекс 1	27.10	

9 класс
II четверть

№ п/п	Наименование раздела программы	Тему урока	Количество часов	Тип урока	Элементы содержания	д/з	Дата проведения	
							план	факт
3	Гимнастика	Висы. Строевые упражнения.	2	Комплексный	Инструктаж по Т.Б. на уроках гимнастики. Переход с шага на месте на ходьбу в колонне и в	Комплекс 2	6.11 8.11	

					шеренге. Подтягивание в висе. Подъем переворотом силой (мальчики). Подъем переворотом махом (девочки) .ОРУ на месте.			
			2	Комплексный	Переход с шага на месте на ходьбу в колонне и в шеренге. Подтягивание в висе. Подъем переворотом силой (мальчики). Подъем переворотом махом (девочки) .ОРУ на месте. Упражнения на гимнастической скамейке.	Комплекс 2	10.11 13.11	
			2	Комплексный	Подтягивание в висе. Подъем переворотом силой (мальчики). Подъем переворотом махом (девочки) .ОРУ на месте. Упражнения на гимнастической скамейке.	Комплекс 2	15.11 17.11	
			1	Учетный	Подтягивание в висе. Подъем переворотом силой (мальчики). Подъем переворотом махом (девочки) .ОРУ на месте. Упражнения на гимнастической скамейке.	Комплекс 2	20.11	
		Строевые упражнения, лазание, прикладные упражнения	2	Комплексный	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, четыре в движении. ОРУ с предметами. Эстафеты. Лазание по канату в два приема.	Комплекс 2	22.11 24.11	
			2	Совершенствование ЗУН	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, четыре в движении. ОРУ с предметами. Эстафеты. Лазание по канату в два приема.	Комплекс 2	27.11 29.11	
			3	Совершенствование ЗУН	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, четыре в движении. ОРУ с предметами. Эстафеты. Лазание по канату в два	Комплекс 2	1.12 4.12 6.12	

					приема.			
			1	Учетный	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, четыре в движении. ОРУ с предметами. Эстафеты. Прикладные упражнения. Лазание по канату.	Комплекс 2	8.12	
		Акробатика	1	Изучение нового материала	Из упора присев стойка на руках и голове (мальчики). Равновесие на одной ноге. Кувырок назад в полушпагат (девочки) ОРУ в движении.	Комплекс 2	11.12	
			3	Комплексный	Из упора присев стойка на руках и голове. Длинный кувырок с 3 шагов разбега (мальчики). Равновесие на одной ноге. Кувырок назад в полушпагат (девочки) ОРУ в движении.	Комплекс 2	13.12 15.12 18.12	
			2	Комплексный	Из упора присев стойка на руках и голове. Длинный кувырок с 3 шагов разбега (мальчики). Равновесие на одной ноге. Кувырок назад в полушпагат (девочки) ОРУ в движении.	Комплекс 2	20.12 22.12	
			2	Учетный	Из упора присев стойка на руках и голове. Длинный кувырок с 3 шагов разбега (мальчики). Равновесие на одной ноге. Кувырок назад в полушпагат (девочки) ОРУ в движении.	Комплекс 2	25.12 27.12	
			1		Контрольная работа (пробное тестирование обучающихся по программе ВФСК «ГТО»)		29.12	

9 класс

III четверть

№ п/п	Наименование раздела программы	Тему урока	Количество часов	Тип урока	Элементы содержания	д/з	Дата проведения	
							план	факт
4	Спортивные игры	Волейбол	1	Изучение нового материала	Перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах.	Комплекс 3		
			1	Совершенствование ЗУН	Перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах.	Комплекс 3		
			1	Совершенствование ЗУН	Перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах.	Комплекс 3		
			1	Совершенствование ЗУН	Перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах.	Комплекс 3		
			1	Комплексный	Стойки и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча отраженного сеткой. Учебная игра.	Комплекс 3		
			1	Совершенствование ЗУН	Стойки и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча отраженного сеткой. Учебная игра.	Комплекс 3		
			1	Совершенствование ЗУН	Стойки и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая	Комплекс 3		

					подача, прием мяча отраженного сеткой. Учебная игра.			
			1	Совершенствование ЗУН	Перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке втройках. Нападающий удар при встречных передачах, прием мяча отраженного сеткой. Учебная игра. Игра в нападение через третью зону.	Комплекс 3		
			1	Комбинированный	Перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах, нижняя прямая подача прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе Учебная игра. Игра в нападение через зону.	Комплекс 3		
			1	Совершенствование ЗУН	Перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах, нижняя прямая подача прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе Учебная игра. Игра в нападение через зону.	Комплекс 3		
			1	Совершенствование ЗУН	Перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах, нижняя прямая подача прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе Учебная игра. Игра в нападение через зону.	Комплекс 3		
			1	Совершенствование ЗУН	Перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах, нижняя прямая подача прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе Учебная игра. Игра в нападение через зону.	Комплекс 3		
		Баскетбол	1	Изучение нового материала	Сочетание приемов передвижения и остановок, приемов передачи, ведение и	Комплекс 3		

					бросков. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Позиционное нападение со сменой мест.			
			1	Комплексный	Сочетание приемов передвижения и остановок, приемов передачи, ведение и бросков. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Позиционное нападение со сменой мест.	Комплекс 3		
			1	Совершенствование ЗУН	Сочетание приемов передвижения и остановок, приемов передачи, ведение и бросков. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение со сменой мест.	Комплекс 3		
			1	Совершенствование ЗУН	Сочетание приемов передвижения и остановок, приемов передачи, ведение и бросков. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Штрафной бросок.	Комплекс 3		
			1	Комплексный	Сочетание приемов передвижения и остановок, приемов передачи, ведение и бросков. Бросок одной руками от плеча в прыжке. Штрафной бросок.	Комплекс 3		
			1	Совершенствование ЗУН	Сочетание приемов передвижения и остановок, приемов передачи, ведение и бросков. Бросок одной руками от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2х2, 3х3.	Комплекс 3		
			1	Комплексный	Сочетание приемов передвижения и остановок, приемов передачи, ведение и бросков. Бросок одной руками от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2х2, 3х3.	Комплекс 3		
			1	Совершенствование ЗУН	Сочетание приемов передвижения и остановок, приемов передачи, ведение и бросков. Бросок одной руками от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита	Комплекс 3		

					в игровых взаимодействиях 2х2, 3х3.			
			1	Совершенствование ЗУН	Сочетание приемов передвижения и остановок, приемов передачи, ведение и бросков. Бросок одной руками от плеча в прыжке с сопротивлением. . Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 4х4, 3х3.	Комплекс 3		
			1	Комплексный	Сочетание приемов передвижения и остановок, приемов передачи, ведение и бросков. Бросок одной руками от плеча в прыжке с сопротивлением. . Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 4х4, 3х3.	Комплекс 3		
			1	Комплексный	Сочетание приемов передвижения и остановок, приемов передачи, ведение и бросков. Бросок одной руками от плеча в прыжке с сопротивлением. Взаимодействие двух игроков в нападении и защите «заслон».	Комплекс 3		
			1	Комплексный	Сочетание приемов передвижения и остановок, приемов передачи, ведение и бросков. Бросок одной руками от плеча в прыжке с сопротивлением. Взаимодействие двух игроков в нападении и защите «заслон».	Комплекс 3		
			1	Комплексный	Сочетание приемов передвижения и остановок, приемов передачи, ведение и бросков. Бросок одной руками от плеча в прыжке с сопротивлением. Взаимодействие двух игроков в нападении и защите «заслон».	Комплекс 3		
			1	Комплексный	Сочетание приемов передвижения и остановок, приемов передачи, ведение и бросков. Бросок одной руками от плеча в прыжке с сопротивлением.	Комплекс 3		

					Взаимодействие двух игроков в нападении и защите «заслон».			
			1	Комплексный	Сочетание приемов передвижения и остановок, приемов передачи, ведение и бросков. Бросок одной руками от плеча в прыжке с сопротивлением после остановки.	Комплекс 3		
			1	Комплексный	Сочетание приемов передвижения и остановок, приемов передачи, ведение и бросков. Бросок одной руками от плеча в прыжке с сопротивлением после остановки.	Комплекс 3		
			1	Совершенствование ЗУН	Сочетание приемов передвижения и остановок, приемов передачи, ведение и бросков. Бросок одной руками от плеча в прыжке с сопротивлением после остановки.	Комплекс 3		
			1	Учетное	Контрольная работа (пробное тестирование обучающихся по программе ВФСК «ГТО»)			

9 класс

IV четверть

№ п/п	Наименование раздела программы	Тему урока	Количество часов	Тип урока	Элементы содержания	д/з	Дата проведения	
							план	факт
5	Кроссовая подготовка	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий.	2	Комплексный.	Бег в равномерном темпе 15 мин. (девочки), 20 мин (мальчики). Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры.	Комплекс 4		
			2	Совершенствования ЗУН.	Бег в равномерном темпе 15 мин. (девочки), 20 мин (мальчики). Преодоление вертикальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры.	Комплекс 4		
			2	Совершенствования ЗУН.	Бег в равномерном темпе 15 мин. (девочки), 20 мин (мальчики). Преодоление вертикальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры.	Комплекс 4		
			2	Совершенствования ЗУН.	Бег в равномерном темпе 15 мин. (девочки), 20 мин (мальчики). Преодоление вертикальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры.	Комплекс 4		
			2	Совершенствования ЗУН.	Бег в равномерном темпе 15 мин. (девочки), 20 мин (мальчики). Преодоление вертикальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры.	Комплекс 4		
			2	Учетный	Бег на результат 3000 м. (юноши) 2000м. (девушки) (мин)	Комплекс 4		
6.	Легкая атлетика	Спринтерский бег, эстафетный	2	Вводный	Низкий старт до 30м. Бег по дистанции (70-80м.). Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения.	Комплекс 4		

		бег						
			2	Комплексный	Низкий старт до 30м. Бег по дистанции (70-80м.). Финиширование. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения.	Комплекс 4		
			2	Комплексный	Низкий старт до 30м. Бег по дистанции (70-80м.). Финиширование. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения.	Комплекс 4		
			2	Учетный	Бег на результат 100м . Специальные беговые упражнения. Эстафетный бег.	Комплекс 4		
		Прыжок в высоту, метание малого мяча на дальность.	2	Комплексный	Прыжок в высоту способом «перешагивания» 11-13 беговых шагов. Метание мяча на дальность в коридоре 10 м. с разбега. Специальные беговые упражнения.	Комплекс 4		
			1	Комплексный	Прыжок в высоту способом «перешагивания» 11-13 беговых шагов. Метание мяча на дальность в коридоре 10 м. с разбега. Специальные беговые упражнения.	Комплекс 4		
			1	Учетный	Контрольная работа (пробное тестирование обучающихся по программе ВФСК «ГТО»)	Комплекс 4		