

Тематическое планирование на 2 четверть. 7кл.

№ урока	Тема урока	Тип урока	Практическая часть Элементы содержания	Общеучебные умения и навыки	Региональ ный компонент	Домашнее задание	Дата	
							По плану	По факту
«Волейбол» (3 ч.)								
1	Овладение техникой передвижений, приёмов, нижней прямой подачи?	Комбинирован ный.	Знание: инструктаж техники безопасности по волейболу. Стоика и перемещение игрока. Комбинации из освоенных элементов (приём, передача, удар). Нижняя прямая подача мяча. Приём мяча снизу двумя руками через сетку. Нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром. Тактика свободного падения. Игра по упрощённым правилам.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам.	Волейбол-любимая игра миллионов.	Правила игры в волейбол.		
2	Овладение техникой передвижений, приёмов, нижней прямой подачи.....	Комбинирован ный	Оценка техники нижней прямой подачи мяча. Стоика и перемещение игрока. Комбинации из освоенных элементов (приём, передача, удар). Нижняя прямая подача мяча. Приём мяча снизу двумя руками через сетку. Нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром. Тактика свободного падения. Игра по упрощённым правилам.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам.		Правила игры в волейбол.		
3	Овладение техникой передвижений, приёмов, нижней прямой подачи; -	Совершенствов ание ЗУН	Стоика и перемещение игрока. Комбинации из освоенных элементов (приём, передача, удар). Нижняя прямая подача мяча. Приём мяча снизу двумя руками через сетку. Нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром. Тактика свободного падения. Игра по упрощённым правилам.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам.		Правила игры в волейбол.		
«Гимнастика» (6 ч.)								
4	Освоение техники висов. Разучивание строевых	Изучение нового	Знание: инструкция по технике безопасности на уроках гимнастики в	Знать правила Т/Б на уроках	Великие	Упражнения на развитие		

	упражнений.	материала.	спортивном зале и на снарядах. Правила страховки во время выполнения упражнений. Выполнение команд: «Полоборота направо!», «Полоборота налево!». ОРУ на месте. Подъём переворотом в упор, передвижение в висе (м). Махом одной рукой, толчком другой подъём переворотом (д). Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей.	гимнастики; страховку и помощь во время выполнения гимнастических упражнений. Уметь выполнять строевые упражнения; упражнения в висе.	Советские гимнасты. Б. Шахлин	гибкости комплекс №1		
5	Освоение техники висов. Разучивание строевых упражнений.	Учётный	Техника выполнения висов, подтягивание в висе: М: 10-8-5 Д: 16- 13-7 Выполнение команд: «Полшага!», «Полный шаг!». ОРУ на месте.	Уметь выполнять комбинацию из разученных элементов, строевые упражнения.		Упражнения на развитие гибкости комплекс №1		
6	Освоение техники опорного прыжка.	Комплексный	Знание: прикладное значение гимнастики. ОРУ с предметами. Опорный прыжок, согнув ноги (м). Прыжок ноги врозь (д). Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь выполнять опорный прыжок.		Упражнения на развитие гибкости комплекс №1		
7	Освоение техники акробатических упражнений.	Изучение нового материала.	ОРУ с предметами. Кувырок вперёд в стойку на лопатках (м). Кувырок в шпагат в полушпагат. Мост из положения стоя, без помощи (д). Эстафеты. Развитие силовых способностей.	Уметь выполнять акробатические упражнения отдельно и в комбинации.		Упражнения на развитие гибкости комплекс №1.		
8	Освоение техники гимнастических комбинаций на брусках.	Комплексный.	Освоение техники гимнастических комбинаций на брусках. ОРУ с предметами. Кувырок вперёд в стойку на лопатках, стойка на голове с согнутыми ногами (м). Мост из положения стоя, без помощи (д). Эстафеты. Развитие силовых способностей.	Уметь выполнять акробатические гимнастические комбинации на брусках.		Повторение изученной техники.		

9	Освоение техники лазания по канату в два приёма. Освоение техники упражнений в равновесии.	Комплексный	ОРУ в движении. Техника лазания по канату в два приёма. Техника упражнений в равновесии приставным шагом, поворот в полуприседе, два хлопка под ногами и соскок прогнувшись. Развитие силовых способностей.	Уметь технику лазания по канату и упражнения в равновесии.		Повторение изученной техники.		
---	---	-------------	--	---	--	-------------------------------	--	--