**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Название темы(раздела, модуля) | Количество учебных часов на изучение темы(раздела) | Дата проведения |
| **9 класс** |
| 1 |  | **5** |  |
| 1.1. | Профилактика заболеваний желудочно-кишечного тракта, пищеварительной системы с помощью физических упражнений. | 1 |  |
| 1.2. | Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний по средствам и физической культуры. | 1 |  |
| 1.3. | Профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата по средствам физической культуры. | 1 |  |
| 1.4. | Оказание первой помощи при ожогах и обморожениях, при травмах опорно-двигательного аппарата. | 1 |  |
| 1.5. | Гигиенические правила и упражнения для сохранения зрения. | 1 |  |
| **2** |  | **7** |  |
| 2.1. | Настольный теннис как вид спорта, способствующий оздоровлению организма человека, поддерживающий физическое здоровье.  | 1 |  |
| 2.2. | Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях настольным теннисом. Правила игры в настольный теннис. | 1 |  |
| 2.3. | Стойки игрока. Перемещения. Хват ракетки.  | 1 |  |
| 2.4. | Способы подачи мяча. | 1 |  |
| 2.5. | Атакующие действия игрока.  | 1 |  |
| 2.6. | Защитные действия игрока.  | 1 |  |
| 2.7. | Упражнения, развивающие физические способности для игры в настольный теннис. | 1 |  |
|  | **Всего: 12 часов** |