

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования, науки и молодежной политики Нижегородской области

Управление образования администрации Воскресенского района

МОУ Глуховская СШ

РАССМОТРЕНО

педагогическим советом

Заместитель директора по УВР

_____ Кузьмина А.А.

Протокол №11

от "30" июня 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор

_____ Михайлов В. Е.

Приказ №124

от "30" июня 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 4977955)

учебного предмета

«Физическая культура»

для 8 класса основного общего образования

на 2022-2023 учебный год

Составитель: Ульянов Сергей Сергеевич

учитель физической культуры

д. Елдеж 2022

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

При создании рабочей программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации. В рабочей программе нашли свои отражения объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития российского общества, условия деятельности образовательных организаций, возросшие требования родителей, учителей и методистов к совершенствованию содержания школьного образования, внедрению новых методик и технологий в учебно-воспитательный процесс.

В своей социально-ценностной ориентации рабочая программа сохраняет исторически сложившееся предназначение дисциплины «Физическая культура» в качестве средства подготовки учащихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств. Программа обеспечивает преемственность с Примерной рабочей программой начального среднего общего образования, предусматривает возможность активной подготовки учащихся к выполнению нормативов «Президентских состязаний» и «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО».

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Общей целью школьного образования по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В рабочей программе для 8 класса данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Развивающая направленность рабочей программы определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение школьниками знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение рабочей программы заключается в содействии активной социализации школьников на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию. В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.

Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования в основной школе является воспитание целостной личности учащихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы. Реализация этой идеи становится возможной на основе содержания учебной дисциплины «Физическая культура», которое представляется двигательной деятельностью с её базовыми компонентами: информационным (знания

о физической культуре), операциональным (способы самостоятельной деятельности) и мотивационно-процессуальным (физическое совершенствование). В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета, придания ей личностно значимого смысла, содержание рабочей программы представляется системой модулей, которые входят структурными компонентами в раздел «Физическое совершенствование».

Инвариантные модули включают в себя содержание базовых видов спорта: гимнастика, лёгкая атлетика, зимние виды спорта (на примере лыжной подготовки[1]), спортивные игры, плавание. Данные модули в своём предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность учащихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

Вариативные модули объединены в рабочей программе модулем «Спорт», содержание которого разрабатывается образовательной организацией на основе Примерных модульных программ по физической культуре для общеобразовательных организаций, рекомендуемых Министерством просвещения Российской Федерации. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка учащихся к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, активное вовлечение их в соревновательную деятельность.

Исходя из интересов учащихся, традиций конкретного региона или образовательной организации, модуль «Спорт» может разрабатываться учителями физической культуры на основе содержания базовой физической подготовки, национальных видов спорта, современных оздоровительных систем. В настоящей рабочей программе в помощь учителям физической культуры в рамках данного модуля, представлено примерное содержание «Базовой физической подготовки».

В программе предусмотрен раздел «Универсальные учебные действия», в котором раскрывается вклад предмета в формирование познавательных, коммуникативных и регулятивных действий, соответствующих возможностям и особенностям школьников данного возраста. Личностные достижения непосредственно связаны с конкретным содержанием учебного предмета и представлены по мере его раскрытия.

Содержание рабочей программы, раскрытие личностных и метапредметных результатов обеспечивает преемственность и перспективность в освоении областей знаний, которые отражают ведущие идеи учебных предметов основной школы и подчёркивают её значение для формирования готовности учащихся к дальнейшему образованию в системе среднего полного или среднего профессионального образования.

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

В 8 классе на изучение предмета отводится 3 часа в неделю, суммарно 102 часа. Вариативные модули (не менее 1 часа в неделю) могут быть реализованы во внеурочной деятельности, в том числе в форме сетевого взаимодействия с организациями системы дополнительного образования детей.

При подготовке рабочей программы учитывались личностные и метапредметные результаты, зафиксированные в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования и в «Универсальном кодификаторе элементов содержания и требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования».

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Знания о физической культуре. Физическая культура в современном обществе: характеристика основных направлений и форм организации. Всестороннее и гармоничное физическое развитие. Адаптивная физическая культура, её история и социальная значимость.

Способы самостоятельной деятельности. Коррекция осанки и разработка индивидуальных планов занятий корригирующей гимнастикой. Коррекция избыточной массы тела и разработка индивидуальных планов занятий корригирующей гимнастикой.

Составление планов-конспектов для самостоятельных занятий спортивной подготовкой. Способы учёта индивидуальных особенностей при составлении планов самостоятельных тренировочных занятий.

Физическое совершенствование. Физкультурно-оздоровительная деятельность. Профилактика перенапряжения систем организма средствами оздоровительной физической культуры: упражнения мышечной релаксации и регулирования вегетативной нервной системы, профилактики общего утомления и остроты зрения.

Спортивно-оздоровительная деятельность. Модуль «Гимнастика». Акробатическая комбинация из ранее освоенных упражнений силовой направленности, с увеличивающимся числом технических элементов в стойках, упорах, кувырках, прыжках (юноши).

Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне из ранее освоенных упражнений с увеличивающимся числом технических элементов в прыжках, поворотах и передвижениях (девушки). Гимнастическая комбинация на перекладине с включением ранее освоенных упражнений в упорах и висах (юноши). Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях с включением упражнений в упоре на руках, кувырка вперёд и соскока (юноши). Вольные упражнения на базе ранее разученных акробатических упражнений и упражнений ритмической гимнастики (девушки).

Модуль «Лёгкая атлетика». Кроссовый бег; прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись».

Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО. Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО в беговых (бег на короткие и средние дистанции) и технических (прыжки и метание спортивного снаряда) дисциплинах лёгкой атлетики.

Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах одновременным бесшажным ходом; преодоление естественных препятствий на лыжах широким шагом, перешагиванием, перелазанием; торможение боковым скольжением при спуске на лыжах с пологого склона; переход с попеременного двухшажного хода на одновременный бесшажный ход и обратно; ранее разученные упражнения лыжной подготовки в передвижениях на лыжах, при спусках, подъёмах, торможении.

Модуль «Плавание». Старт прыжком с тумбочки при плавании кролем на груди; старт из воды толчком от стенки бассейна при плавании кролем на спине. Повороты при плавании кролем на груди и на спине. Проплыwanie учебных дистанций кролем на груди и на спине.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Повороты туловища в правую и левую стороны с удержанием мяча двумя руками; передача мяча одной рукой от плеча и снизу; бросок мяча двумя и одной рукой в прыжке. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Волейбол. Прямой нападающий удар; индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места; тактические действия в защите и нападении. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Футбол. Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы; остановка мяча внутренней стороной стопы. Правила игры в мини-футбол; технические и тактические действия. Игровая деятельность по правилам мини-футбола с использованием ранее разученных технических приёмов (девушки). Игровая деятельность по правилам классического футбола с использованием ранее

разученных технических приёмов (юноши).

Совершенствование техники ранее разученных гимнастических и акробатических упражнений, упражнений лёгкой атлетики и зимних видов спорта, технических действий спортивных игр.

Модуль «Спорт». Физическая подготовка к выполнению нормативов Комплекса ГТО с использованием средств базовой физической подготовки, видов спорта и оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- Готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;
- готовность отстаивать символы Российской Федерации во время спортивных соревнований, уважать традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения;
- готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;
- готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;
- готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;
- стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;
- готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;
- осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;
- осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;
- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;
- готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;
- готовность соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде;
- освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности;
- повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;
- формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Универсальные познавательные действия:

- проводить сравнение соревновательных упражнений Олимпийских игр древности и современных Олимпийских игр, выявлять их общность и различия;
- осмысливать Олимпийскую хартию как основополагающий документ современного олимпийского движения, приводить примеры её гуманистической направленности;

анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;

характеризовать туристские походы как форму активного отдыха, выявлять их целевое предназначение в сохранении и укреплении здоровья; руководствоваться требованиями техники безопасности во время передвижения по маршруту и организации бивуака;

устанавливать причинно-следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности;

устанавливать связь негативного влияния нарушения осанки на состояние здоровья и выявлять причины нарушений, измерять индивидуальную форму и составлять комплексы упражнений по профилактике и коррекции выявляемых нарушений;

устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функциональными возможностями основных систем организма;

устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма.

Универсальные коммуникативные действия:

выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников об образцах техники выполнения разучиваемых упражнений, правилах планирования самостоятельных занятий физической и технической подготовкой;

вести наблюдения за развитием физических качеств, сравнивать их показатели с данными возрастно-половых стандартов, составлять планы занятий на основе определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;

описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения и планировать последовательность решения задач обучения; оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;

наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими учащимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;

изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать появление ошибок, анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

Универсальные учебные регулятивные действия:

составлять и выполнять индивидуальные комплексы физических упражнений с разной функциональной направленностью, выявлять особенности их воздействия на состояние организма, развитие его резервных возможностей с помощью процедур контроля и функциональных проб;

составлять и выполнять акробатические и гимнастические комплексы упражнений, самостоятельно разучивать сложно-координированные упражнения на спортивных снарядах;

активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя и правила игры при возникновении конфликтных и нестандартных ситуаций, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совместное исправление;

разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относится к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;

организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий

физической культурой и спортом, применять способы и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения в 8 классе обучающийся научится:

проводить анализ основных направлений развития физической культуры в Российской Федерации, характеризовать содержание основных форм их организации;

анализировать понятие «всестороннее и гармоничное физическое развитие», раскрывать критерии и приводить примеры, устанавливать связь с наследственными факторами и занятиями физической культурой и спортом;

проводить занятия оздоровительной гимнастикой по коррекции индивидуальной формы осанки и избыточной массы тела;

составлять планы занятия спортивной тренировкой, определять их целевое содержание в соответствии с индивидуальными показателями развития основных физических качеств;

выполнять гимнастическую комбинацию на гимнастическом бревне из ранее освоенных упражнений с добавлением элементов акробатики и ритмической гимнастики (девушки);

выполнять комбинацию на параллельных брусьях с включением упражнений в упоре на руках, кувырка вперёд и соскока; наблюдать их выполнение другими учащимися и сравнивать с заданным образцом, анализировать ошибки и причины их появления, находить способы устранения (юноши);

выполнять прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись», наблюдать и анализировать технические особенности в выполнении другими учащимися, выявлять ошибки и предлагать способы устранения;

выполнять тестовые задания комплекса ГТО в беговых и технических легкоатлетических дисциплинах в соответствии с установленными требованиями к их технике;

выполнять передвижение на лыжах одновременным бесшажным ходом; переход с попеременного двухшажного хода на одновременный бесшажный ход; преодоление естественных препятствий на лыжах широким шагом, перешагиванием, перелазанием (для бесснежных районов — имитация передвижения);

соблюдать правила безопасности в бассейне при выполнении плавательных упражнений;

выполнять прыжки в воду со стартовой тумбы;

выполнять технические элементы плавания кролем на груди в согласовании с дыханием;

демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр:

баскетбол (передача мяча одной рукой снизу и от плеча; бросок в корзину двумя и одной рукой в прыжке; тактические действия в защите и нападении; использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (прямой нападающий удар и индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места; тактические действия в защите и нападении; использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (удары по неподвижному, катящемуся и летящему мячу с разбега внутренней и внешней частью подъёма стопы; тактические действия игроков в нападении и защите; использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы				
Раздел 1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ								
1.1.	Физическая культура в современном обществе	1	0	1	05.09.2022	Формулируют понятие "Физическая культура" с помощью учителя. Разбирают основные компоненты. Приводят примеры из жизни. ;	Устный опрос;	учебник, видеоматериалы, рассказ учителя.
1.2.	Всестороннее и гармоничное физическое развитие	1	0	1	06.09.2022	анализируют и осмысливают понятие «гармоничное физическое развитие», определяют смысловые единицы, приводят примеры основных критериев;;	Устный опрос;	учебник, видеоматериалы, рассказ учителя.
1.3.	Адаптивная физическая культура	1	0	1	07.09.2022	анализируют и осмысливают понятие «адаптивная физическая культура», цели и задачи адаптивной физической культуры, приводят примеры её социальной целесообразности;;	Устный опрос;	учебник, видеоматериалы, рассказ учителя.
Итого по разделу		3						
Раздел 2. СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ								
2.1.	Коррекция нарушения осанки	1	0	1	28.12.2022	изучают формы осанки и выясняют их отличительные признаки, знакомятся с возможными причинами нарушения и их последствиями для здоровья человека;; измеряют индивидуальную форму осанки и подбирают состав корректирующих упражнений, составляют индивидуальный комплекс корректирующей гимнастики;;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ учителя.
2.2.	Коррекция избыточной массы тела	2	0	2	27.02.2023 28.02.2023	планируют индивидуальные занятия по корректирующей гимнастике и разрабатывают для них планы-конспекты.; изучают причины появления избыточной массы тела, знакомятся с возможными её последствиями для здоровья человека;; измеряют индивидуальную массу тела с помощью расчёта индекса массы тела (А. Кетле), измерения параметров частей тела; определяют с помощью стандартных таблиц уровень избыточной массы (степень ожирения);;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ учителя.
2.3.	Составление планов-конспектов для самостоятельных занятий спортивной подготовкой	1	0	1	01.03.2023	знакомятся со спортивной подготовкой как системой тренировочных занятий, определяют специфические особенности в планировании содержания и выборе дозировки физической нагрузки;; повторяют правила планирования физических нагрузок, способы их контроля по частоте пульса;;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ учителя.

2.4.	Способы учёта индивидуальных особенностей при составлении планов самостоятельных тренированных занятий	1	0	1	06.03.2023	знакомятся с образцом плана-конспекта занятий спортивной подготовкой, сравнивают его с образцами планов занятий физической и технической подготовкой, выделяют различия и делают выводы;; составляют план спортивной подготовки на месячный цикл, с учётом учебного материала, осваиваемого по рабочей программе учителя;; составляют планы-конспекты спортивной тренировки на каждое последующее тренировочное занятие.;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ учителя.	
Итого по разделу		5							
Раздел 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ									
3.1.	Модуль «Лёгкая атлетика». Правила проведения соревнований по лёгкой атлетике	1	0	1	12.09.2022	знакомятся с основными разделами Положения о соревнованиях, правилах допуска к их участию и оформления необходимых документов;; знакомятся с правилами соревнований по беговым и техническим дисциплинам (5-я ступень комплекса ГТО);; тренируются в оформлении заявки на самостоятельное участие в соревнованиях по сдаче норм комплекса ГТО.; проводят исходное тестирование и определяют различия между индивидуальными показателями и требованиями комплекса ГТО, устанавливают «ранги отставания» в результатах;; определяют время участия в соревнованиях и на основе правил развития физических качества и обучения техники физическим упражнениям планируют систему тренировочных занятий по лёгкой атлетике в части подготовки к выполнению требований беговых дисциплин комплекса ГТО, выделяют занятия технической и физической подготовкой в системе непрерывного тренировочного процесса (образец учебника);;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ учителя.	
3.2.	Модуль «Лёгкая атлетика». Кроссовый бег	3	0	3	13.09.2022 19.09.2022	знакомятся с кроссовым бегом как видом лёгкой атлетики, анализируют его общность и отличие от бега на длинные дистанции; определяют технические сложности в технике выполнения;; знакомятся с образцом техники бега по изменяющемуся грунту, по наклонному склону (вверх и вниз); сравнивают его технику с техникой гладкого бега, выделяют специфические особенности в выполнении;; разучивают подводящие упражнения к освоению техники бега по изменяющемуся грунту, выполняют его в полной координации;; разучивают подводящие упражнения к освоению техники бега по наклонному склону, выполняют его в полной координации.;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ учителя.	
3.3.	Модуль «Лёгкая атлетика». Подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО в беговых дисциплинах	6	0	6	20.09.2022 03.10.2022	тренируются в оформлении заявки на самостоятельное участие в соревнованиях по сдаче норм комплекса ГТО.;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ учителя.	

3.4.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Основные тактические схемы игры футбол и мини-футбол	6	0	6	04.10.2022 17.10.2022	знакомятся с тактической схемой игры «4-4-2» в классическом футболе, возможными схемами взаимодействия игроков в условиях игровой деятельности;; разучивают стандартные игровые комбинации «смена мест» и «стенка» в условиях игровой деятельности (обучение в группах);; знакомятся с тактической схемой игры «3-1» в мини-футболе, возможными схемами взаимодействия игроков в условиях игровой деятельности;; разучивают возможные варианты игровой комбинации «от своих ворот» в условиях игровой деятельности (обучение в командах);; играют по правилам классического футбола и мини-футбола с использованием разученных технических и тактических действий (обучение в командах);	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ и показ учителя.
3.5.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Прямой нападающий удар	3	1	2	18.10.2022 24.10.2022	знакомятся с образцом техники прямого нападающего удара, наблюдают и анализируют его технические особенности, выделяют фазы движения, делают выводы о технической их сложности, сравнивают с фазами верхней прямой подачи;; описывают технику прямого нападающего удара, формулируют задачи обучения и планируют последовательность их решения;; разучивают подводящие и имитационные упражнения для освоения прямого нападающего удара, обучаются отдельным фазам и выполнению техники в полной координации;;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ и показ учителя.
3.6.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Методические рекомендации по самостоятельному решению задач при разучивании прямого нападающего удара, способам контроля и оценивания его технического выполнения, подбору и выполнению подводящих упражнений, соблюдению техники безопасности во время его разучивания и закрепления	1	0	1	25.10.2022	разучивают подводящие и имитационные упражнения для освоения прямого нападающего удара, обучаются отдельным фазам и выполнению техники в полной координации;;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ и показ учителя.
3.7.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Тактические действия в игре волейбол	2	0	2	26.10.2022 07.11.2022	знакомятся и разучивают тактическую схему нападения через передачу мяча игроку передней линии (в условиях учебной игровой деятельности);; совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических и тактических действий (обучение в командах).;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ и показ учителя.

3.8.	<i>Модуль «Спортивные игры. Волейбол».</i> Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	3	0	3	08.11.2022 14.11.2022	знакомятся с образцом техники блокирования мяча в прыжке с места, наблюдают и анализируют его технические особенности, выделяют фазы движения, делают выводы о технической сложности;; формулируют задачи обучения и планируют последовательность их решения;; разучивают подводящие и имитационные упражнения, технику выполнения в полной координации (обучение в парах и группах);; контролируют технику выполнения индивидуального блокирования мяча в прыжке с места другими учащимися, сравнивают с образцом и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в группах).;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ и показ учителя.
3.9.	<i>Модуль «Спортивные игры. Волейбол».</i> Методические рекомендации по способам использования индивидуального блокирования мяча в условиях игровой деятельности	1	0	1	15.11.2022	разучивают подводящие и имитационные упражнения, технику выполнения в полной координации (обучение в парах и группах);;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ и показ учителя.
3.10.	Профилактика умственного перенапряжения	1	0	1	16.11.2022	знакомятся с понятием «релаксация», анализируют видовые направления релаксации (мышечная релаксация, регуляция вегетативной нервной системы), разучивают правила организации и проведения процедур релаксации;; знакомятся с основными признаками утомления и практикой использования видовых направлений релаксации;; знакомятся с релаксационными упражнениями на расслабление мышц и разучивают их в определённой последовательности, используют в режиме учебного дня в сочетании с упражнениями физкультминутки;;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ и показ учителя.
3.11.	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Гимнастическая комбинация на перекладине	7	1	6	21.11.2022 05.12.2022	закрепляют и совершенствуют технику ранее освоенных висов и упоров, гимнастических упражнений на низкой гимнастической перекладине;; знакомятся с образцом гимнастических упражнений комбинации учителя, наблюдают и анализируют их выполнение, описывают фазы движения и определяют их технические трудности;; разучивают упражнения комбинации по фазам и в полной координации;; составляют комбинацию из хорошо освоенных упражнений и разучивают её в полной координации;; контролируют технику выполнения упражнений другими учащимися, сравнивают их с иллюстративным образцом и выявляют возможные ошибки, предлагают способы её устранения (обучение в группах).;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ и показ учителя.

3.12.	Модуль «Гимнастика». Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях, перекладине	7	0	7	06.12.2022 20.12.2022	закрепляют и совершенствуют технику ранее освоенных упражнений на параллельных брусьях;; знакомятся с образцом гимнастических упражнений комбинации учителя, наблюдают и анализируют их выполнение, описывают фазы движения и определяют их технические трудности;; разучивают упражнения комбинации по фазам и в полной координации;; составляют комбинацию из хорошо освоенных упражнений и разучивают её в полной координации;;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ и показ учителя.
3.13.	Модуль «Гимнастика». Вольные упражнения на базе ритмической гимнастики	3	0	3	21.12.2022 27.12.2022	закрепляют и совершенствуют технику ранее освоенных упражнений ритмической гимнастики и стилизованных общеразвивающих упражнений;;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ и показ учителя.
3.14.	Модуль «Зимние виды спорта». Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом	8	1	7	09.01.2023 24.01.2023	знакомятся с образцом учителя, анализируют и сравнивают технику передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом с техникой попеременного одношажного хода, выделяют фазы движения и оценивают технические трудности их выполнения;; описывают технику выполнения одновременного бесшажного хода, формулируют задачи его последовательного изучения по фазам движения и в полной координации;; разучивают подводящие упражнения, фазы движения одновременного бесшажного хода и передвижение в полной координации;; контролируют технику выполнения упражнений другими учащимися, сравнивают с образцом и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в парах).;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ и показ учителя.
3.15.	Модуль «Зимние виды спорта». Способы преодоления естественных препятствий на лыжах	3	0	3	25.01.2023 31.01.2023	закрепляют и совершенствуют технику преодоления небольших трамплинов;; знакомятся с образцом техники преодоления препятствие широким шагом, анализируют и определяют технические трудности его выполнения, разучивают в полной координации при передвижении двухшажным попеременным ходом;; знакомятся с образцом техники преодоления препятствие перешагиванием, анализируют и определяют технические трудности его выполнения, разучивают в полной координации во время передвижения попеременным двухшажным ходом;; знакомятся с образцом техники перелезания через препятствие на лыжах, анализируют и определяют технические трудности его выполнения, выделяют фазы движения, формулируют задачи и последовательность их решения;;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ и показ учителя.

3.16.	Модуль «Зимние виды спорта». Торможение боковым скольжением	4	0	4	01.02.2023 08.02.2023	знакомятся с образцом техники торможения боковым скольжением, анализируют и определяют технические трудности его выполнения, определяют задачи самостоятельного обучения и последовательность их решения;; разучивают подводящие и имитационные упражнения, технику торможения боковым скольжением при спуске с пологого склона.;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ и показ учителя.
3.17.	Модуль «Зимние виды спорта». Переход с одного лыжного хода на другой	3	1	2	13.02.2023 15.02.2023	закрепляют и совершенствуют технику перехода с попеременного двухшажного хода на одновременный одношажный ход и обратно;; знакомятся с образцом техники перехода с попеременного двухшажного хода на одновременный бесшажный ход, анализируют и определяют технические трудности выполнения, выделяют фазы движения, делают выводы по задачам самостоятельного обучения и последовательности их решения;; разучивают подводящие и имитационные упражнения, технику фаз движений;; разучивают в полной координации переход с попеременного двухшажного хода на одновременный бесшажный ход при передвижении по учебной дистанции;; контролируют технику выполнения перехода с одного лыжного хода на другой и обратно другими учащимися, сравнивают с образцом и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в группах).;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ и показ учителя.
3.18.	Модуль «Плавание». Техника стартов при плавании кролем на груди и на спине	1	0	1	20.02.2023	Знакомятся с техникой плавания: "кроль на груди". Просматривают видеоматериалы. Обсуждают; анализируют. Выполняют имитационные упражнения. ;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ и показ учителя.
3.19.	Модуль «Плавание». Техника поворотов при плавании кролем на груди и на спине	1	0	1	21.02.2023	Изучают специальные упражнения пловца кролем на груди. ;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ и показ учителя.
3.20.	Модуль «Плавание». Проплывание учебных дистанций	1	0	1	22.02.2023	Выполняют специальные тренировочные упражнения пловца кролем на груди. ;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ и показ учителя.
3.21.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Повороты с мячом на месте	3	0	3	07.03.2023 14.03.2023	закрепляют и совершенствуют технические действия баскетболиста без мяча;; знакомятся с образцом техники поворотов туловища в правую и левую сторону, анализируют технику выполнения и разучивают по образцу.;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ и показ учителя.
3.22.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	3	0	3	27.03.2023 29.03.2023	знакомятся с образцом техники передачи мяча одной рукой от плеча, анализируют фазы движения и технические особенности их выполнения;; разучивают технику передачи мяча одной рукой от плеча по образцу (обучение в парах);;	Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ и показ учителя.

[illegible]

4.1.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	4	4	0	17.04.2023 24.04.2023	осваивают содержание Примерных модульных программ по физической культуре или рабочей программы базовой физической подготовки;; демонстрируют приросты в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО;	Контрольная работа; Практическая работа;	учебник, видеоматериалы, рассказ и показ учителя.
Итого по разделу		4						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	10	92				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Физическая культура в современном обществе.	1	0	1	05.09.2022	Устный опрос;
2.	Всестороннее и гармоничное физическое развитие.	1	0	1	06.09.2022	Устный опрос;
3.	Адаптивная физическая культура.	1	0	1	07.09.2022	Практическая работа;
4.	Л/атл.: техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. Правила проведения соревнований по легкой атлетике.	1	0	1	12.09.2022	Практическая работа;
5.	Л/атл.: основы эстафетного бега. Прием и передача эстафетной палочки.	1	0	1	13.09.2022	Практическая работа;
6.	Л/атл.: основы эстафетного бега. Прием и передача эстафетной палочки.	1	0	1	14.09.2022	Практическая работа;
7.	Л/атл.: специальные упражнения бегуна-спринтера	1	0	1	19.09.2022	Практическая работа;
8.	Л/атл.: низкий старт (без стартовых колодок) и стартовый разгон.	1	0	1	20.09.2022	Практическая работа;
9.	Л/атл.: низкий старт (без стартовых колодок) и стартовый разгон. Виды низкого старта.	1	0	1	21.09.2022	Практическая работа;
10.	Л/атл.: низкий старт, правила подачи команд. Тактика. Пробегание 60 метров на результат.	1	0	1	26.09.2022	Практическая работа;

11.	Л/атл.: метание мяча с разбега на дальность. Положение "натянутого лука".	1	0	1	27.09.2022	Практическая работа;
12.	Л/атл.: метание мяча с разбега на дальность. Положение "натянутого лука".	1	0	1	28.09.2022	Практическая работа;
13.	Л/атл.: метание мяча с разбега на дальность. Положение "натянутого лука".	1	0	1	03.10.2022	Практическая работа;
14.	Футбол: техника безопасности на занятиях футболом. Техника удара с разбега по неподвижному футбольному мячу внутренней и внешней частью стопы.	1	0	1	04.10.2022	Практическая работа;
15.	Футбол: способы самостоятельного обучения технике удара с разбега по неподвижному футбольному мячу внутренней и внешней частью стопы	1	0	1	05.10.2022	Практическая работа;
16.	Футбол: техника остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы.	1	0	1	10.10.2022	Практическая работа;
17.	Футбол: тактические действия в футболе при атаке игроков соперника на ворота	1	0	1	11.10.2022	Практическая работа;
18.	Футбол: тактические действия в футболе при атаке игроков соперника на ворота	1	0	1	12.10.2022	Практическая работа;
19.	Футбол: игра в футбол (или мини-футбол). Правила игры.	1	0	1	17.10.2022	Практическая работа;

20.	Волейбол: правила волейбола. Техника безопасности на занятиях волейболом. Прием и передача мяча сверху в парах через сетку в движении.	1	0	1	18.10.2022	Практическая работа;
21.	Волейбол: нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	1	0	1	19.10.2022	Практическая работа;
22.	Волейбол: нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	1	0	1	24.10.2022	Практическая работа;
23.	Волейбол: нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	1	1	0	25.10.2022	Контрольная работа;
24.	Волейбол: нижняя прямая подача в определенную зону площадки. Прием подачи. Игра по упрощенным правилам.	1	0	1	26.10.2022	Практическая работа;
25.	Волейбол: нижняя прямая подача в определенную зону площадки. Прием подачи. Игра по упрощенным правилам.	1	0	1	07.11.2022	Практическая работа;
26.	Волейбол: нижняя прямая подача в определенную зону площадки. Прием подачи. Игра по упрощенным правилам.	1	0	1	08.11.2022	Практическая работа;
27.	Волейбол: прием и передача мяча снизу и сверху над собой и в парах	1	0	1	09.11.2022	Практическая работа;
28.	Волейбол: Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	1	0	1	14.11.2022	Практическая работа;
29.	Волейбол: Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	1	0	1	15.11.2022	Практическая работа;

30.	Профилактика умственного перенапряжения	1	0	1	16.11.2022	Практическая работа;
31.	Техника безопасности на занятиях гимнастикой. перекаты, группировка. Повторение ранее изученных элементов.	1	0	1	21.11.2022	Практическая работа;
32.	Акробатика: кувырок назад в упор присев. Два-три кувырка назад слитно.	1	0	1	22.11.2022	Практическая работа;
33.	Акробатика: кувырок назад в стойку ноги врозь.	1	0	1	23.11.2022	Практическая работа;
34.	Акробатики: "мост" и поворот в упор на одном колене.	1	0	1	28.11.2022	Практическая работа;
35.	Акробатика: стойка на голове и руках - углом.	1	0	1	29.11.2022	Практическая работа;
36.	Акробатика: длинный кувырок вперед в группировку.	1	0	1	30.11.2022	Практическая работа;
37.	Акробатика: длинный кувырок вперед в группировку.	1	0	1	05.12.2022	Практическая работа;
38.	Опорный прыжок: способом согнув ноги (м) и ноги врозь (д). Козел в длину, высота 110 см.	1	0	1	06.12.2022	Практическая работа;
39.	Опорный прыжок: способом согнув ноги (м) и ноги врозь (д). Козел в длину, высота 110 см.	1	1	0	07.12.2022	Контрольная работа;
40.	Перекладина гимнастическая: переворот в упор из маха после раскачивания.	1	0	1	12.12.2022	Практическая работа;
41.	Перекладина гимнастическая: Перемах в сед верхом, обратный перемах. Мах дугой - соскок в полуприсед с полунаклоном.	1	0	1	13.12.2022	Практическая работа;

42.	Перекладина гимнастическая: составление и разучивание комбинации из ранее изученных элементов.	1	0	1	14.12.2022	Практическая работа;
43.	Брусья гимнастические: размахивания в упоре. Соскок махом вперед.	1	0	1	19.12.2022	Практическая работа;
44.	Брусья гимнастические: из размахиваний в упоре сед ноги врозь.	1	0	1	20.12.2022	Практическая работа;
45.	Брусья гимнастические: из размахиваний в упоре на предплечьях, махом вперед подъем в упор на руках.	1	0	1	21.12.2022	Практическая работа;
46.	бревно гимнастическое: Прыжковые шаги по бревну, прыжком смена ног.	1	0	1	26.12.2022	Практическая работа;
47.	Лазания по канату на три счета. Прикладные упражнения и полоса препятствий с элементами гимнастики.	1	0	1	27.12.2022	Практическая работа;
48.	Коррекция нарушения осанки.	1	0	1	28.12.2022	Практическая работа;
49.	Техника безопасности на занятиях лыжной подготовкой. Гигиена занятий. Подготовка лыжника к длительному перемещению на лыжах.	1	0	1	09.01.2023	Практическая работа;
50.	Ориентирование на местности. Попеременный двухшажный ход.	1	0	1	10.01.2023	Практическая работа;
51.	Строевые упражнения с лыжами и на лыжах. Повороты на месте различными способами.	1	0	1	11.01.2023	Практическая работа;

52.	Скользкий шаг. Одноопорное скольжение. Попеременный двухшажный ход.	1	0	1	16.01.2023	Практическая работа;
53.	Скользкий шаг. Одноопорное скольжение. Попеременный двухшажный ход.	1	0	1	17.01.2023	Практическая работа;
54.	Скользкий шаг. Одноопорное скольжение. Попеременный двухшажный ход.	1	0	1	18.01.2023	Практическая работа;
55.	Скользкий шаг. Одноопорное скольжение. Попеременный двухшажный ход.	1	0	1	23.01.2023	Практическая работа;
56.	Переход с одного вида классического хода на другой в зависимости от рельефа местности.	1	0	1	24.01.2023	Практическая работа;
57.	Переход с одного вида классического хода на другой в зависимости от рельефа местности.	1	0	1	25.01.2023	Практическая работа;
58.	Спуск со склона с изменением высоты стойки, преодолением неровностей, контруклонов.	1	0	1	30.01.2023	Практическая работа;
59.	Спуск со склона с изменением высоты стойки, преодолением неровностей, контруклонов.	1	0	1	31.01.2023	Практическая работа;
60.	Поворот "переступанием". Спуск с преодолением неровностей.	1	0	1	01.02.2023	Практическая работа;
61.	Слаломный спуск с пологого склона. Торможение "упором".	1	0	1	06.02.2023	Практическая работа;
62.	Слаломный спуск с пологого склона. Торможение "упором".	1	1	0	07.02.2023	Контрольная работа;

63.	Прикладные упражнения с лыжами и на лыжах. Преодоление препятствий.	1	0	1	08.02.2023	Практическая работа;
64.	Подвижные игры и эстафеты на лыжах.	1	0	1	13.02.2023	Практическая работа;
65.	Преодоление средне-пересеченной местности 3-3,5 км. классический ход.	1	0	1	14.02.2023	Практическая работа;
66.	Преодоление средне-пересеченной местности 3-3,5 км. классический ход.	1	1	0	15.02.2023	Контрольная работа;
67.	Плавание: кроль на груди. Рассказ, показ видеоматериалов, объяснение.	1	0	1	20.02.2023	Практическая работа;
68.	Плавание: подводные и специальные упражнения для обучения плаванию кролем на груди.	1	0	1	21.02.2023	Практическая работа;
69.	Плавание: специальные тренировочные упражнения пловца кролем на груди.	1	0	1	22.02.2023	Практическая работа;
70.	Коррекция избыточной массы тела	1	0	1	27.02.2023	Практическая работа;
71.	Коррекция избыточной массы тела	1	0	1	28.02.2023	Практическая работа;
72.	Составление планов-конспектов для самостоятельных занятий спортивной подготовкой	1	0	1	01.03.2023	Практическая работа;
73.	Способы учёта индивидуальных особенностей при составлении планов самостоятельных тренированных занятий	1	0	1	06.03.2023	Практическая работа;
74.	Баскетбол: техника безопасности на занятиях баскетболом. Правила игры в баскетбол.	1	0	1	07.03.2023	Практическая работа;

75.	Баскетбол: Прием и передача мяча одной рукой от плеча на месте и в движении.	1	0	1	13.03.2023	Практическая работа;
76.	Баскетбол: ведение мяча с обводкой неравномерно стоящих предметов.	1	0	1	14.03.2023	Практическая работа;
77.	Баскетбол: ведение мяча с обводкой неравномерно стоящих предметов.	1	0	1	15.03.2023	Практическая работа;
78.	Баскетбол: Ведение мяча спиной вперед и остановка в два шага.	1	0	1	27.03.2023	Практическая работа;
79.	Баскетбол: Ведение мяча спиной вперед и остановка в два шага.	1	0	1	28.03.2023	Практическая работа;
80.	Баскетбол: бросок мяча после ведения и двух шагов. Варианты проходов на кольцо. Реверсы.	1	0	1	29.03.2023	Практическая работа;
81.	Баскетбол: бросок мяча после ведения и двух шагов. Варианты проходов на кольцо. Реверсы.	1	0	1	03.04.2023	Практическая работа;
82.	Баскетбол: Бросок мяча в кольцо двумя руками из за головы, с разных позиций.	1	0	1	04.04.2023	Практическая работа;
83.	Баскетбол: Личная защита. Игра по упрощенным правилам.	1	0	1	05.04.2023	Практическая работа;
84.	Баскетбол: Личная защита. Игра по упрощенным правилам.	1	0	1	10.04.2023	Практическая работа;
85.	Баскетбол: Правила баскетбола, судейство. Контрольная комбинация из изученных элементов.	1	1	0	11.04.2023	Контрольная работа;
86.	Физическая подготовка: прыжок в длину с места	1	1	0	12.04.2023	Контрольная работа;

87.	Физическая подготовка: подтягивание на высокой перекладине, сгибание рук в упоре лежа.	1	1	0	17.04.2023	Контрольная работа;
88.	Физическая подготовка: наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, поднимание туловища из положения лежа на спине	1	1	0	18.04.2023	Контрольная работа;
89.	Физическая подготовка: челночный бег 3 по 10 метров.	1	1	0	19.04.2023	Контрольная работа;
90.	Л/атл.: техника безопасности на занятиях легкой атлетики. Кроссовая подготовка. Равномерный бег по пересеченной местности.	1	0	1	24.04.2023	Практическая работа;
91.	Л/атл.: прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись». Специальные упражнения прыгуна в длину	1	0	1	25.04.2023	Практическая работа;
92.	Л/атл.: прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись». Имитация выполнения полетной фазы.	1	0	1	26.04.2023	Практическая работа;
93.	Л/атл.: прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись». Обучение по фазам.	1	0	1	02.05.2023	Практическая работа;
94.	Л/атл.: прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись».	1	1	0	03.05.2023	Контрольная работа;
95.	Л/атл.: Метание мяча (150 гр.) с разбега на дальность. Специальные упражнения метателя.	1	0	1	08.05.2023	Практическая работа;
96.	Л/атл.: Метание мяча (150 гр.) с разбега на дальность. Положение «натянутого лука».	1	0	1	10.05.2023	Практическая работа;

97.	Л/атл.: Метание мяча (150 гр.) с разбега на дальность. Выполнение на результат.	1	0	1	15.05.2023	Практическая работа;
98.	Л/атл.: основы эстафетного бега. Прием и передача эстафетной палочки.	1	0	1	16.05.2023	Практическая работа;
99.	Л/атл.: основы эстафетного бега. Прием и передача эстафетной палочки.	1	0	1	17.05.2023	Практическая работа;
100.	Л/атл.: Низкий старт и стартовый разгон. Спринт 5 по 20 м. с низкого старта.	1	0	1	22.05.2023	Практическая работа;
101.	Л/атл.: Спринт 60 метров с низкого старта. Выполнение на результат.	1	0	1	23.05.2023	Практическая работа;
102.	Л/атл.: прикладные упражнения и эстафеты с элементами легкой атлетики.	1	0	1	24.05.2023	Практическая работа;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	10	92		

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 8-9 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;
Физическая культура, 8-9 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство Просвещение»;

Физическая культура, 7-9 класс/Погадаев Г.И., ООО «ДРОФА»; АО «Издательство Просвещение»;
Физическая культура, 8-9 класс/Гурьев С.В.; под редакцией Виленского М.Я., ООО «Русское слово-учебник»;

Физическая культура, 8-9 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;
Введите свой вариант:

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://www.gto.ru/>

<http://www.openclass.ru/sub/Физическая%20культура>

http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9

<https://resh.edu.ru/subject/9/>

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Мячи (баскетбольные, футбольные, волейбольные)

Гимнастическое оборудование (гимнастические снаряды, гимнастические маты, акробатическая дорожка)

Лыжное оборудование

гантели, скакалки, фишки, ориентиры, набивные мячи, мячи для фитнеса.

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

