

ПРИНЯТО

на педагогическом совете

Протокол от «01» 09 2023 № 1



УТВЕРЖДАЮ:

Главный врач СПб ГБУЗ

«Детский санаторий «Солнечное»

Н.В. Андриянычева

Приказ от «01» 09 2023 № 144

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 1727892)

учебного предмета

«Физическая культура»

для обучающихся 8 класса

на 2023-2024 учебный год

Составители программы:

Учитель Львова Ирина

Юрьевна

Санкт-Петербург
2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре представляет собой методически оформленную конкретизацию требований ФГОС ООО, раскрывающую их реализацию через конкретное предметное содержание.

При создании программ по физическому рассмотрению современные российские общества развиваются в физически строгом и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, культурной жизни, умея использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации.

В своей социально-ценностной ориентации программа по физической культуре направлена на обеспечение подготовки обучающихся к предстоящей жизнедеятельности, повышение их здоровья, повышение адаптивности и адаптации возможностей систем организма, обеспечение развития важных физических качеств. Программа по физической культуре обеспечивает преемственность с федеральными программами начального общего и среднего общего образования.

Основной целью программы по физическому развитию является обеспечение разносторонне физически развитой личности, способной активной культурной ценности физической культуры для развития и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В программе по физической активности активная цель конкретизируется и связывается со способами устойчивых мотивов и призывом обучающихся к бережному отношению к своему здоровью, целостному развитию физических, лечебных и моральных качеств, творческому использованию методов физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятий двигательной активностью и спортом. .

Развивающаяся направленность программ по физической культуре Определен вектор развития физических и эффективных возможностей организма, что обеспечивает их здоровье, надежность и эффективность адаптивных процессов. Существенным достижением данного направления является приобретение обучающимися знаний и умений в самостоятельных формах занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможностей познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение программы по физической культуре заключается в содействии активной социализации обучающихся на основе осмысления и понимания роли и значения международного и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию.

В практическом измерении результатов данные направления включают в себя поддержку навыков и умений в общении и усиление со сверстниками и учителями физической культуры, организацию учебной и консультативной деятельности.

Центральной идеей разработки содержания и результатов обучения по физической культуре на уровне базового общего образования является воспитание целостной личности обучающихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы. Реализация этой идеи становится возможной на основе содержания учебного предмета, который выглядит как двигательная оболочка с ее базовыми компонентами: информационными (знания о физической культуре), операционными (способы

самостоятельной деятельности) и мотивационно-процессуальными (физическое совершенствование).

В целях усиления информационной основы «Физической культуры», придания ей личностно-предметного мотивационного смысла, содержание программы по физической культуре представляется структурными модулями, которые входят в состав структурных компонентов раздела «Физическое совершенствование».

Инвариантные модули включают в себя содержание базовых видов спорта: гимнастика, легкая атлетика, зимние виды спорта (на примере лыжной подготовки), спортивные игры, плавание. Инвариантные модули в своем содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность обучающихся, освоение принципов технических явлений и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

Вариативные модули объединения модулем «Спорт», содержание которых разрабатывает образовательную организацию на основе модульных программ по физической культуре для общеобразовательных организаций. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка обучающихся к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, активное вовлечение их в соревновательную деятельность.

Модуль «Спорт» может разработать учителя физической культуры на основе содержания физической подготовки, национальных видов спорта, современных оздоровительных систем. В рамках данной модуля представлено примерное содержание «Базовой физической подготовки».

В содержание программы по физической культуре, представленной по годам обучения, для каждого класса предусмотрен раздел «Универсальные технологические действия», в котором раскрывается вклад предмета в механизмы познавательных, коммуникативных и регулятивных действий, соответствующих возможностям и особенностям обучающихся данного возраста. Личностные достижения напрямую связаны с увеличением учебного предмета и деталей в меньшей степени его раскрытия.

Общее число часов, предпочтительных для изучения физической культуры на уровне начального общего образования, – 510 часов: в 5 классе – 68 часа (2 часа в неделю), в 6 классе – 68 часа (2 часа в неделю), в 7 классе – 68 часа (2 часа в неделю), в 8 классе – 68 часа (2 часа в неделю), в 9 классе – 68 часа (2 часа в неделю). На модульный блок «Базовая графическая подготовка» отводится 150 часов из общего числа (1 час в неделю в каждом классе).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

8 КЛАСС

Знания о физической культуре.

Физическая культура в современном состоянии: основные характеристики общества и формы организации. Всесторонне и осуществлять фундаментальное развитие. Адаптивная культура, ее история и социальная инновационность.

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. Способности учёта специфичны при составлении планов самостоятельных рабочих занятий.

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Профилактика перенапряжения системы организма обеспечивает оздоровительную физическую культуру: расслабление мышц и регулирование вегетативной нервной системы, профилактическое утомление и остроту зрения.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль «Гимнастика».

Акробатическая комбинация на основе ранее освоенных упражнений силовой направленности, с увеличением количества технических элементов в стойках, упорах, кувырках, прыжках (юноши).

Гимнастическая комбинация гимнастических упражнений на основе ранее освоенных упражнений с увеличивающимся числом технических элементов в прыжках, поворотах и передвижении (девушки). Гимнастическая комбинация на перекладине с включением ранее освоенных упражнений в упорах и висах (юноши). Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях с включением упражнений на упор на руках, кувырка вперед и соскока (юноши). Вольные упражнения на базе ранее разученных акробатических упражнений и упражнений ритмической гимнастики (девушки).

Модуль «Лёгкая атлетика».

Кроссовый бег, прыжок в взгляд с разбега методом «прогнозирования».

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

Модуль «Зимние виды спорта».

Передвижение на лыжах одновременным бесшажным ходом, переход с попеременного двухшажного хода на одновременный бесшажный ход и наоборот, ранее изученные упражнения на лыжных сооружениях в условиях передвижения на лыжах на лыжах, при спусках, подъёмах, торможении.

Модуль «Плавание».

Начните прыжком с тумбочки при плавании кролем на груди, стартом из воды толчком из бассейна бассейна при плавании кролем на спине. Повороты при плавании кролем на груди и на спине. Проплавание учебных дистанций кролем на груди и на спине.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Повороты туловища в правую и поворотную сторону с удержанием мяча двумя руками, передача мяча одной рукой от плеча и осторожно, бросок мяча двумя руками и одной рукой в прыжке. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приемов.

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 приемов.

Футбол. Удар по мячу с разбега внутренней части подъёма стопы, заблокируйте мяч внутренней боковой стопы. Правила игры в мини-футбол, технические и тактические действия. Игровая деятельность по правилам мини-футбола с использованием ранее разученных технических приемов (девушек). Игровая деятельность по правилам классического футбола с использованием ранее разработанных технических приемов (юноши).

Совершенствование техники ранее разученных гимнастических и акробатических упражнений, тренировок легкой атлетики и зимних видов спорта, технических действий в играх.

Модуль «Спорт».

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

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне базового общего образования у обучающегося формируются следующие **личностные результаты**:

обеспечение обеспечения интереса к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;

готовность продвигать символы Российской Федерации во время проведения соревнований в нижней части списка, уважать традиции и принципы современных олимпийских игр и олимпийского движения;

готовиться ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при планировании и подключении наушников к физической культуре и спорту, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;

готовность оценивать свое поведение и поступки во время проведения игроком физической культуры, участия в постоянных мероприятиях и соревнованиях;

подготовка оказания первой помощи при травмах и ушибах, соблюдение правил техники безопасности во время занятий физической культурой и спортом;

стремление к совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;

готовность организовать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о существовании физического развития и физической подготовленности с учетом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;

осознание здоровья как определение ценностей человека, объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;

осознание необходимости ведения здорового образа жизни в качестве средств профилактики вредных привычек в отношении физического, психического и социального здоровья человека;

способность адаптироваться к стрессовой ситуации, изучить профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических воздействий;

соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проведение гигиенических и профилактических мероприятий при организации мест занятий, выбор спортивного инвентаря и снаряжения, спортивной одежды;

соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристических походов, переносным действиям и походам, 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, планирование их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и желаний;

концепции, представленные в основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной подготовки, умений руководиться ими в познавательной и практической деятельности, общении сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне общего образования у обучающихся формируются универсальные познавательные технологические, универсальные коммуникативные действия, универсальные регулятивные технологические действия.

У обучающихся формируются следующие **универсальные познавательные технологические действия** :

проводятся сравнения соревновательных упражнений олимпийских игр древности и современных олимпийских игр, выявляются их общность и своеобразие;

осмысливать Олимпийскую хартию как основополагающий документ современного олимпийского движения, приводящий пример ее гуманистической направленности;

анализировать влияние физической культуры и спорта на воспитание, сохраняя сохранение личности, сохраняя возможность сохранения вредных привычек;

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

сохраняется причинно-следственная связь между планированием режима и изменениями работоспособности;

соблюдать связь отрицательного нарушения прав человека осанки на состояние здоровья и выявлять причины существования, изучать индивидуальную форму и составлять комплексы упражнений по сохранению и коррекции выявляемых состояний;

сохраняется причинно-следственная связь между уровнем развития физического состояния, состоянием здоровья и функциональными функциями основных систем организма;

наличие причинно-следственной связи между применением высокого давления, физическим воздействием и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

Сохраняйте причинно-следственную связь между подготовкой мест на открытых площадках и соблюдайте правила травматизма.

У обучающихся формируются следующие **универсальные коммуникативные технологические действия** :

выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников о образцах техники выполнения обучаемых упражнений, правил планирования самостоятельных физических занятий и технической подготовки;

вести наблюдение за использованием вещественных планов, сравнивать их данные с возрастно-половыми рекомендациями, составлять измерения на основе определенных правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и наблюдать внешние утомления;

описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, популярные фазы и элементы движений, подбирать сложные упражнения;

и планировать последовательность решений задач обучения, оценивать эффективность обучения методом сравнения с эталонным образцом;

наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими обучающимися, сравнивать ее с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их ограничения;

Изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого рисунка, рассматривать и моделировать возникновение ошибок, анализировать возможные причины их проявления, анализировать способы их ограничения.

Для обучающихся формируются следующие **универсальные регулятивные технологические действия** :

составить и реализовать основы комплексов физических упражнений с разной функциональной направленностью, выявить особенности их воздействия на состояние организма, развитие контроля его резервных возможностей с помощью процедур и установления проб;

составлять и выполнять акробатические и гимнастические комплексы упражнений, самостоятельно разучивать сложные-координированные упражнения в международных пространствах;

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

разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно общаться с игроком в таких действиях в защите и нападении, терпимо относиться 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 методы и приемы помощи в зависимости от характера и последствий полученной травмы.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К окончанию обучения **в 8 классе** обучающийся учится:

провести анализ основных направлений развития физической культуры в Российской Федерации, охарактеризовать содержание основных форм их организации;

анализировать концепцию «всестороннее и включать фундаментальное развитие», раскрывать критерии и приводить примеры, сохранять связь с наследственными факторами и занятиями физической культурой и спортом;

проведение занятий оздоровительной гимнастикой по коррекции индивидуальной формы осанки и избыточной массы тела;

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

Выполнять гимнастические упражнения на основе ранее освоенных упражнений с добавлением элементов акробатики и ритмической гимнастики (девушки);

Выполнение последовательностей на параллельных брусьях с включением упражнений в упоре на руки, кувырка вперед и соскока, наблюдение за их выполнением другими обучающимися необходимо и сопоставление с заданным образцом, анализирование ошибок и обоснование их поведения, нахождение способов ограничения (юноши);

Выполнять прыжок в сторону с разбега методом «прогнозирования», наблюдать и анализировать технические особенности при выполнении других упражнений, выявлять ошибки и предлагать способы ограничения;

выполнять задания комплекса ГТО по беговым и техническим легкоатлетическим дисциплинам в соответствии с установленными требованиями к их технике;

Осуществить передвижение на лыжах одновременным бесшажным ходом, переход с попеременного двухшажного хода на одновременный бесшажным ходом, переход к переходу на лыжах быстрым шагом, перешагиванием, перелазанием (для бесснежных облаков – имитирующая перемещение);

соблюдать правила безопасности в бассейне при выполнении плавательных упражнений;

выполнять прыжки в воду со стартовой тумбочки;

Выполняйте технические элементы плавания кролем на груди в соответствии с дыханием;

тренироваться в упражнениях общефизической и проводить физическую подготовку с учетом особенностей и возрастно-половых особенностей;

применить и использовать технические действия других игр:

баскетбол (передача мяча одной рукой легко и с плеча, бросок в корзину двумя руками и одной рукой в одном прыжке, тактические действия в защите и нападении, использование разученных технических и тактических движений 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 части подъема стопы, тактические действия игроков в нападении и защите, использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности).

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

8 КЛАСС

№ п/п	Название разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	
Раздел 1. Знания о физической культуре			
1.1	Знания о физической культуре	3	[учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
Добавить текст			
Итого по разделу		3	
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности			
2.1	Способы самостоятельной деятельности	5	[учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
Добавить текст			
Итого по разделу		5	
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ			
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность			
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	3	[учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
Итого по разделу		3	
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность			
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")	8	[учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	12	[учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
2.3	Зимние виды спорта (модуль «Зимние виды спорта»)	9	[учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
2.4	Спортивные игры. Бдинтон (модуль "Спортивные игры")	6	[учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
2.5	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	10	[учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
2.6	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	10	[учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
2.7	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	6	[учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru

№ п/п	Название разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные
		Всего	
Итого по разделу		51	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	

8 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	[[Физическая культура в современном обществе]]	1	0	1	05.09.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
2	[[Всестороннее и существенное развитие]]	1	0	1	07.09.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
3	[[Адаптивная и лечебная визуальная культура]]	1	0	1	12.09.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
4	[[Коррекция нарушений осанки]]	1	0	1	14.09.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
5	[[Коррекция избыточной массы тела]]	1	0	1	19.09.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
6	[[Правила проведения самостоятельных занятий при коррекции осанки и телосложения]]	1	0	1	21.09.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
7	[[Составление плана для самостоятельных занятий]]	1	0	1	26.09.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
8	[[Способы учёта индивидуальности]]	1	0	1	28.09.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
9	[[Профилактика умственного перенапряжения]]	1	0	1	03.10 2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
10	[[Упражнения для профилактики утомления]]	1	0	1	05.10 2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
11	[[Дыхательная и зрительная гимнастика]]	1	0	1	10.10 2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
12	[[Акробатические счетчики]]	1	0	1	12.10.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
13	[[Акробатические счетчики]]	1	0	1	17.10.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
14	[[Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне]]	1	0	1	19.10.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
15	[[Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне]]	1	0	1	24.10.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
16	[[Гимнастическая комбинация на перекладине]]	1	0	1	26.10.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
17	[[Гимнастическая комбинация на перекладине]]	1	0	1	07.11.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
18	[[Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях]]	1	0	1	09.11.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
19	[[Волевые движения на базе ритмической гимнастики]]	1	0	1	14.11.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
20	[[Начни на короткое расстояние]]	1	0	1	16.11.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
21	[[Бег на средних расстояниях]]	1	0	1	21.11.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
22	[[Бег на большом расстоянии]]	1	0	1	23.11.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
23	[[Бег на большом расстоянии]]	1	0	1	28.11.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
24	[[Прыжки в взгляд с разбега]]	1	0	1	05.12.2023	учебник www.edu.ru

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
						www.schol.edu.ru
25	[[Прыжки в взгляд с разбега]]	1	0	1	07.12.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
26	[[Прыжок в взгляд с разбега методом «прогнозирования»]]	1	0	1	12.12.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
27	[[Прыжок в взгляд с разбега методом «прогнозирования»]]	1	0	1	14.12.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
28	[[Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО]]	1	0	1	19.12.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
29	[[Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО]]	1	0	1	21.12.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
30	[[Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО]]	1	0	1	26.12.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
31	[[Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО]]	1	0	1	28.12.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
32	[[Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом]]	1	0	1	09.01.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
33	[[Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом]]	1	0	1	11.01.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
34	[[Способы принятия мер на лыжах]]	1	0	1	16.01.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
35	[[Способы принятия мер на лыжах]]	1	0	1	18.01.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
36	[[Торможение боковым скольжением]]	1	0	1	04.12.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
37	[[Торможение боковым скольжением]]	1	0	1	23.01.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
38	[[Переход с одного лыжного хода на другой]]	1	0	1	25.01.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
39	[[Переход с одного лыжного хода на другой]]	1	0	1	30.01.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
40	[[Лыжная подготовка в передвижении на лыжах, при спусках, подъёмах, торможении]]	1	0	1	01.02.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
41	Техника безопасности на занятиях игра в бадминтон	1	0	1	06.02.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
42	Игровые стойки в бадминтоне	1	0	1	08.02.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
43	Способы движения, хватки ракетки	1	0	1	13.02.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
44	Передвижения по площадке. Техника выполнения ударов	1	0	1	15.02.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
45	Передвижения по площадке. Техника выполнения ударов	1	0	1	20.02.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
46	Техника выполнения подачи	1	0	1	22.02.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
47	Техника безопасности на занятиях баскетболом	1	0	1	29.12.2023	учебник www.edu.ru

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
						www.schol.edu.ru
48	[[Повороты с мячом на месте]]	1	0	1	27.02.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
49	[[Передача мяча одной рукой от плеча и крепко]]	1	0	1	05.03.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
50	[[Передача мяча одной рукой от плеча и крепко]]	1	0	1	07.03.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
51	[[Передача мяча одной рукой]]	1	0	1	12.03.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
52	[[Передача мяча одной рукой]]	1	0	1	14.03.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
53	[[Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке]]	1	0	1	19.03.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
54	[[Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке]]	1	0	1	21.03.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
55	[[Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке]]	1	0	1	02.04.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
56	[[Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке]]	1	0	1	04.04.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
57	[[Прямой нападающий удар в волейболе]]	1	0	1	09.04.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
58	[[Прямой нападающий удар]]	1	0	1	11.04.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
59	[[Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места]]	1	0	1	16.04.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
60	[[Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места]]	1	0	1	18.04.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
61	[[Тактические действия в защите]]	1	0	1	23.04.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
62	[[Тактические действия в защите]]	1	0	1	25.04.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
63	[[Тактические действия в нападении]]	1	0	1	02.05.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
64	[[Тактические действия в нападении]]	1	0	1	07.05.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
65	[[Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов]]	1	0	1	14.05.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
66	[[Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов]]	1	0	1	16.05.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
67	[[Удар по мячу с разбега внутренней части подъёма стопы]]	1	0	1	21.05.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
68	[[Остановка мяча за пределами стопы]]	1	0	1	23.05.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
Добавить текст						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

Учебно-методический комплект

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классы

Авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич / авт.-сост. А. Н. Каинов, Г. И. Курьерова. – Изд. 2-е - Волгоград: Учитель, 2013

Учебник:

Авторы: М.А. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова, В.А.Соколкина, Г.А. Баландин, Н.Н. Назарова, Т.Н. Казакова, Н.С. Алёшина, З.В. Гребенщикова, А.Н. Крайнов

Физическая культура 5 – 6 – 7 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией М.Я. Виленского

Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010.

Пособие для учащихся:

Л. Е. Любомирский, В. И. Лях, Г. Б. Мейксон "Физическая культура". Учебник для учащихся 5-7 классов.

Пособия для учителя:

- Жилкин А. И. и др. Легкая атлетика: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А.И.Жилкин, В.С.Кузьмин, Е.В.Сидорчук. — М.: Издательский центр «Академия», 2003.

- Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре. 5-9 классы. Универсальное издание. – М.: ВАКО, 2005. – (В помощь школьному учителю).

- Настольная книга учителя физической культуры :: справ.- метод. пособие / сост. Б. И. Мишин. - М.: ООО «Изд-во АСТ»: 2003.

- Физкультура: методика преподавания. Спортивные игры /под ред. Э. Найминова.– М., 2001.

- Макаров А.Н. Лёгкая атлетика. – М., 1990.

- Практикум по лёгкой атлетике /под ред. И.В. Лазарева, В.С. Кузнецова, Г.А. Орлова. – М., 1999.

- Лёгкая атлетика в школе /под ред. Г.К. Холодова, В.С. Кузнецова, Г.А. Колодницкого. – М., 1998.

- Спортивные игры на уроках физкультуры /ред. О. Листов. – М.,2001.

- Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физкультурно-оздоровительная работа в школе. – М., 2003.

- Журнал « Спорт в школе»

- Журнал «Физическая культура в школе».

- Урок в современной школе /ред. Г.А. Баландин, Н.Н. Назаров, Т.Н. Казаков. – М., 2004.