

Филиал муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Большенуркеевская средняя общеобразовательная школа»  
Сармановского муниципального района Республики Татарстан -  
«Юлтимеровская основная общеобразовательная школа»

Рассмотрено на ШМО  
Руководитель ШМО  
*Ашрафзянова Г.А.*  
протокол № 1  
«21» августа 2023 г.

Согласовано  
Заместитель директора по УР  
*Л.Н.Хайруллина*  
протокол № 1  
«22» августа 2023 г.

«Утверждаю»  
Директор МБОУ «Большенуркеевская  
СОШ» *Л.Н.Шайхеразиева*  
приказ № 75  
«23» августа 2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по физической культуре для 8 класса

Принято на заседании  
педагогического совета  
протокол № 2  
«23» августа 2023 г.

Составитель: учитель  
первой квалификационной категории  
Шамсетдинова А.Р

2023-2024 учебный год

## Пояснительная записка

Рабочая программа разработана с учётом федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования по предмету, примерной программы по учебному предмету «Физическая культура», авторской программы основного общего образования. Физическая культура 8 класса. Авторы: А.П. Матвеев, (сборник Рабочие программы. Физическая культура . 8 класс: учебно – методическое пособие/предметная линия учебников А. П. Матвеева. – М.: Просвещение, 2012. – с. 23 - 45 и количества часов, 2 часа в неделю 68 часов в год, на основе учебного плана МБОУ «Большенуркеевская СОШ » на 2023 - 2024 год.

- Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования (утвержден приказом от 17 декабря 2010 года №1897 (зарегистрирован Минюстом России 01 февраля 2011 года №19644) — для педагогов, работающих по ФГОС второго поколения основного общего образования;
- Примерной программы по физической культуре для учащихся 8 класса
- Учебного плана МБОУ «Большенуркеевская СОШ» на 2023-2024 учебный год.

### Цели и задачи курса:

**Цель** учебного предмета «Физическая культура» в основной школе — 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 основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

### Задачи:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в физкультурно - оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;

- воспитание положительных качеств личности, формирования норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

### **Особенности преподавания курса**

Для учащихся 8 класса основными формами организации образовательного процесса по предмету служат:

- уроки физической культуры;
- физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования и праздники, занятия в спортивных секциях и кружках;
- самостоятельные занятия физическими упражнениями (домашние занятия).

Для проведения современного урока по физической культуре необходимо, чтобы учитель владел принципами дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся в зависимости от состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств. В основной школе уроки физической культуры делятся на:

*уроки с образовательно-познавательной направленностью* (знакомство учащихся со способами и правилами организации самостоятельных занятий, обучение навыкам и умениям по организации и проведению этих занятий);

*уроки с образовательно-обучающей направленностью* (обучение практическому материалу из всех тематических разделов, освоение новых знаний, которые касаются предмета обучения);

*уроки с образовательно-тренировочной направленностью* (для развития физических качеств и решения поставленных задач, определение динамики физической нагрузки, обучение способам регулирования физической нагрузки и способам контроля над ее величиной).

Уровень образования – базовый. Согласно учебному плану на изучение физической культуре в 8 классе отводится 68 часов учебного времени, или 2 часа в неделю.

**Планируемые результаты изучения учебного предмета.**

Название раздела	Предметные результаты		Метапредметные результаты	Личностные результаты
	Ученик научиться	Ученик получит возможность научиться		
<b>Легкая атлетика</b>	<p>Научиться соблюдать инструкции по технике безопасности на уроках физической культуры; выполнять специальные беговые упражнения; развивать скоростные качества с помощью беговых эстафет; развивать гибкость с помощью специальных упражнений.</p> <p>Научиться проходить тестирование бега на 100 м; проводить беговую разминку; выполнять подводящие упражнения для бега на короткие дистанции.</p> <p>Научиться про-</p>	<p>Научиться проводить беговую разминку; показывать технику бега на короткие дистанции; выполнять подводящие упражнения для подготовки к бегу на короткие дистанции; показывать технику низкого старта; проводить футбольное игровое упражнение.</p> <p>Научиться проводить разминку в движении; показывать технику бега на короткие дистанции; выполнять подводящие упражнения для подготовки к бегу на короткие дистанции; по-</p>	<p><b>Познавательные:</b> осознавать познавательную задачу; применять полученные знания на практике; ориентироваться в разнообразии беговых упражнений и в специальных эстафетах, развивающих скоростные качества. Выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Выполнять учебно познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. Выполнять учебно познавательные задачи; ставить и формулировать проблемы; самостоятельно выделять познавательную цель. самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выполнять учебно-познавательные действия; ставить и формулировать проблемы добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать учителя и друг друга; соблюдать правила речевого поведения. осознавать самого себя как движущую силу своего</p>	<p>Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой. Формирование ответственного отношения к учению; формирование нравственных чувств и нравственного поведения; умение управлять своими эмоциями; формирование осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам. Формирование осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам, умения владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований.</p>

	<p>водить разминку в движении; правильно подбирать разминочные упражнения для метания; показывать технику метания мяча на дальность с разбега; показывать технику бега на средние дистанции; проводить соревновательное упражнение с малым мячом</p>	<p>казывать технику низкого старта; проводить футбольное игровое упражнение. Научиться проводить разминку в движении; выполнять равномерный гладкий бег на средние дистанции; проходить тестирование метания мяча на дальность с разбега</p>	<p>научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; оценивать результаты своей работы. эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов, становить рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего на учения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции . : осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; оценивать результаты своей работы. проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. формировать операциональный опыт. Формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. формировать операциональный опыт; осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; с охранять заданную цель.</p>	<p>Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; умение управлять своими эмоциями, доброжелательного отношения к окружающим; формирование готовности и способности к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию</p>
--	--	--	--	---

<p><b>Спортивные игры</b></p>	<p>Научиться проводить разминку с футбольным мячом; соблюдать инструкции по технике безопасности на уроках физической культуры, посвященных подвижным и спортивным играм; выполнять удары по мячу внутренней стороной стопы; ведение мяча ногами; развивать внимательность и координационные качества с помощью игровых упражнений. Научиться выполнять разминку с футбольным мячом; выполнять удары по мячу средней, внешней и внутренней частью подъема стопы; развивать скоростно-силовые и координационные качества</p>	<p>Научиться выполнять разминку с футбольным мячом; выполнять ведение мяча ногами; удары по мячу внутренней стороной стопы и подъемом ноги; развивать скоростно-силовые и координационные качества с помощью спортивной игры «Мини-футбол» Научиться выполнять разминку с футбольным мячом в парах; выполнять удар по мячу серединой лба и подъемом ноги; развивать скоростно-силовые и координационные качества с помощью спортивной игры «Мини-футбол» Научиться выполнять беговую разминку; вбрасы-</p>	<p><b>Познавательные:</b> осознавать познавательную задачу; ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; перерабатывать полученную информацию. выполнять учебнопознавательные действия; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Выполнять учебно познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; устанавливать рабочие отношения. Слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать</p>	<p>Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни Формирование ответственного отношения к учению, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; формирование коммуникативной компетентности в общении и</p>
-------------------------------	---	--	---	--

	<p>с помощью спортивной игры «Мини-футбол». аучиться выполнять разминку с футбольным мячом в парах; выполнять удар по летящему мячу головой; вбрасывание из-за боковой; развивать скоростно-силовые и координационные качества с помощью спортивной игры «Футбол». Научиться разминаться с волейбольным мячом; выполнять прием и передачи волейбольного мяча сверху двумя руками в парах; выполнять передачи мяча двумя руками сверху в прыжке и назад; играть в спортивную игру «Волейбол». Научиться вы-</p>	<p>вание мяча из-за боковой; удары головой по мячу; развивать скоростно-силовые и координационные качества с помощью спортивной игры «Футбол». Научиться разминаться с волейбольным мячом в парах; выполнять прием и передачи волейбольного мяча сверху двумя руками в парах в прыжке, снизу и назад, выполнять нижнюю прямую и боковую подачи через сетку; играть в подвижную игру «Точная подача». Научиться выполнять разминку с гантелями; ловить и бросать мяч в парах; выполнять бросок в баскетбольную корзину различ-</p>	<p>продуктивной кооперации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; сохранять заданную цель. Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p>	<p>сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам</p>
--	--	---	--	--

	полнять беговую разминку; ловить и бросать мяч в парах; выполнять бросок в баскетбольную корзину различными способами; играть в спортивную игру «Баскетбол»	ными способами; играть в спортивную игру «Баскетбол»		
<b>Гимнастика с элементами акробатики</b>	Научиться соблюдать инструкции по технике безопасности на занятиях гимнастикой; выполнять акробатические элементы: кувырок вперед и назад, стойку на лопатках, «мост»; развивать скоростные и координационные качества с помощью гимнастических эстафет; научиться выполнять упражнение на расслабление. Научиться выполнять разминку с гимнастиче-	Научиться проводить разминку на матах; выполнять длинный кувырок вперед с разбега; выполнять акробатические элементы: кувырки вперед и назад, стойку на лопатках, «мост»; развивать скоростные и координационные качества с помощью гимнастических эстафет; перестраиваться в две и три шеренги. Научиться выполнять разминку с гимнастическими	<p><b>Познавательные:</b> ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; добывать</p>	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе

	<p>скими палками; выполнять упражнения на гимнастическом бревне и перекладине; стоять на голове и руках. Научиться выполнять разминку с гимнастическими палками; составлять и выполнять комбинации на гимнастическом бревне и перекладине; выполнять подъем разгибом на перекладине. Научиться выполнять разминку с гимнастическими палками; составлять и выполнять комбинации на гимнастическом бревне и перекладине; выполнять подъем разгибом на перекладине. Научиться выполнять разминку с набивными</p>	<p>палками; выполнять упражнения на гимнастическом бревне и перекладине; выполнять сложно-координационное упражнение: переход из виса на подколениках в упор присев через стойку на руках; выполнять подъем переворотом на невысокой перекладине. Научиться выполнять разминку с набивными мячами; выполнять упражнения на брусьях; выполнять подъем переворотом и подъем разгибом на перекладине; участвовать в гимнастической эстафете</p>	<p>недостающую информацию с помощью вопросов. Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; контролировать свою деятельность по результату. осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; контролировать свою деятельность по результату; сохранять заданную цель. Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; сохранять заданную цель. Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; контролировать свою деятельность по результату.</p>	<p>представлений. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений. Формирование положительного отношения к обучению; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.</p>
--	---	--	--	---

	<p>мячами; выполнять упражнения на брусьях; выполнять кувырок вперед в сед ноги врозь на параллельных брусьях; выполнять подъем переворотом и подъем разгибом на перекладине; участвовать в гимнастической эстафете.</p>			
<p><b>Лыжная подготовка</b></p>	<p>Научиться соблюдать инструкции по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой; подбирать спортивную форму и лыжное снаряжение; передвигаться попеременным двухшажным ходом; играть в подвижную игру на лыжах «Догони впереди идущего». Научиться разминаться на лыжах с</p>	<p>Научиться разминаться на лыжах; передвигаться на лыжах, используя различные лыжные ходы: попеременный двухшажный и одновременный бесшажный; играть в подвижную игру «Догони впереди идущего», научиться правильно распределять свои силы для прохождения дистанции.</p>	<p><b>Познавательные:</b> осознавать познавательную задачу; добывать новые знания; получать информацию от учителя и из учебников. выполнять учебно познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий; понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнить. Понимать учебные задачи урока; стремиться их выполнять; высказывать предположения; делать обобщения и выводы.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. сохранять доброжелательное</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе</p>

	<p>лыжными палками; передвигаться на лыжах, используя различные лыжные ходы: попеременный двухшажный, одновременный одношажный, коньковый; переходить с одного хода на другой; проходить заданную дистанцию. Научиться разминяться на лыжах; подниматься на склон и спускаться со склона; передвигаться коньковым ходом; понимать технику выполнения упражнений на лыжах</p>	<p>Научиться разминяться на лыжах с лыжными палками; передвигаться на лыжах, используя различные лыжные ходы: попеременный двухшажный, одновременный одношажный, коньковый; переходить с одного хода на другой; проходить заданную дистанцию</p>	<p>отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. Формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; сохранять заданную цель. видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Контролировать свою деятельность по результату; сохранять заданную цель. Адекватно принимать оценку взрослого и сверстников; контролировать свою деятельность по результату.</p>	<p>представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. Развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.</p>
<b>Плавание</b>	<p>Научится владеть навыками выполнения разнообразных физических упражнений,</p>	<p>Научится к навыкам выполнения разнообразных физических упражнений,</p>	<p><b>Познавательные:</b> организовывать свою учебно-познавательную деятельность от осознания цели (через планирование действий) до реализации намеченного;</p> <p><b>Коммуникативные:</b> слушать, смотреть, а так же читать, самостоятельно находить её в материалах</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков со-</p>

	различной функциональной направленности.	различной функциональной направленности.	<p>учебников, статей, интернет ресурсов; понимать информацию, в изобразительной схематичной, модельной форме;</p> <p><b>Регулятивные:</b> участвовать в диалоге с учителем, другими учениками, соблюдая правила речевого этикета осуществлять совместную деятельность в парах, рабочих группах, командах; - умение взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий физической культурой, посредством выполнения групповых упражнений, эстафет, подвижных и спортивных игр.</p>	<p>трудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p> <p>Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.</p>
--	--	--	--	---

### Содержание учебных часов

Название раздела	Краткое содержание	Модуль воспитательной программы «Школьный урок»	Количество часов
<b>Знания о физической культуре</b>	<p>Всестороннее и гармоничное физическое развитие. Спортивная подготовка. Адаптивная и лечебная физическая культура. Коррекция осанки и телосложения.</p> <p>Восстановительный массаж. Физическая культура в современном обществе.</p> <p>Измерение функциональных резервов организма. Оказание доврачебной помощи. Влияние возрастных особенностей на физическое развитие и физическую подготовленность. Роль опорно-двигательного аппарата в выполнении физических упражнений.</p> <p>Значение нервной системы в управлении движениями и регуляции систем дыхания, кровообращения, энергообеспечения.</p> <p>Психические процессы в обучении двигательным действиям.</p>	<p>Установление доверительных отношений между педагогическим работником и его обучающимися, способствующих позитивному восприятию обучающимися требований и просьб педагогического работника, привлечению их внимания</p> <p>к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности.</p> <p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p>	
<b>Способы двигательной (физкультурной) деятельности</b>	<p>Организация и проведение самостоятельных занятий физической культуры. Подготовка к занятиям физической культуры. Планирование занятий физической культуры.</p> <p>Оценка эффективности занятий физической культуры. Самонаблюдение и самоконтроль. Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью.</p>	<p>Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения.</p> <p>Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию обучающимся примеров ответственного,</p>	

		гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе.	
<b>Физическое совершенствование</b>	<p><i>Физкультурно-оздоровительная деятельность.</i></p> <p>Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели. Индивидуальные комплексы адаптивной и корригирующей физической культуры. Комплексы дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз.</p> <p><i>Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью.</i></p> <p>Гимнастика с основами акробатики. Лыжная подготовка. Спортивные игры. Общеразвивающие упражнения. Плавание.</p>	<p>Применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся. Дискуссий, которые дают обучающимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися.</p>	

В связи выпадением праздничные дни на дни проведения уроков данное занятие восполняются за счёт объединения уроков или уроков повторения изученного за год на основании педагогического совета от 23 августа 2023, протокол №2, утвержденного Приказом директора № 75 от 23 августа 2023

**Календарно – тематическое планирование 8 класса (ФГОС)**

№ п/п	Тема урока	Дата проведения		Основные виды учебной деятельности
		План	факт	
<b>Легкая атлетика</b>				
1	Организационно-методические требования на уроках физической культуры	4.09		Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): коллективная работа с инструкцией по технике безопасности на уроках физкультуры, обсуждение правил техники безопасности на занятиях легкой атлетикой; разучивание специальных беговых упражнений; выполнение строевых команд, беговых эстафет, упражнений на внимание; повторение правил развития скоростных качеств; проектирование способов выполнения дифференцированного домашнего задания
2	Тестирование бега на 100 м	6.09		Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: разучивание беговой разминки; проверка выполнения домашнего задания; проведение тестирования бега на 100 м; разучивание подводящих упражнений для бега на короткие дистанции; оценка уровня развития скоростных способностей и скоростной выносливости; проектирование способов выполнения домашнего задания
3	Бег на короткие дистанции	11.09		Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий и т. д.): повторение беговой разминки; проверка выполнения домашнего задания; разучивание техники старта, бега и финиширования на короткие дистанции, техники старта с помощью беговых колодок; разучивание футбольного игрового упражнения; проектирование способов выполнения домашнего задания
4	Техника и тестирование метания мяча на дальность с разбега	13.09		Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий и т. д.): повторение разминки в движении; проверка выполнения домашнего задания; разучивание техники броска мяча на дальность с разбега, техники бега на средние дистанции; выполнение игрового упражнения с метанием мяча; проектирование способов выполнения домашнего задания
5	Тестирование бега на 2000 и 3000 м	18.09		Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: разучивание разминки на гибкость; проверка выполнения домашнего задания;

				проведение тестирования бега на 2000 и 3000 м; оценка уровня развития выносливости; разучивание техники равномерного бега; проведение футбольных подвижных игр; проектирование способов выполнения домашнего задания
6	Техника прыжка в длину с разбега способом «прогнувшись»	20.09		Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализация коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности); разучивание беговой разминки; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники прыжка в длину с разбега «согнув ноги» и «прогнувшись»; проведение футбольных подвижных игр; проектирование способов выполнения домашнего задания
7	Тестирование прыжка в длину с разбега	25.09		Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: повторение беговой разминки; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги» и «прогнувшись»; оценка уровня развития скоростносиловых способностей; разучивание техники равномерного бега; проведение тестирования прыжка в длину с разбега; проектирование способов выполнения домашнего задания
8	Равномерный бег. Развитие выносливости	27.09		Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализация коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): разучивание разминки в движении; проведение самоконтроля; совершенствование техники равномерного бега; проведение забегов на 2000 м; проверка выполнения домашнего задания; проведение футбольных подвижных игр; проектирование способов выполнения домашнего задания
9	Броски малого мяча на точность	2.10		Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализация коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): повторение разминки с малыми мячами; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники бросков мяча в горизонтальную и вертикальную цели на точность; проведение тестирования метания малого мяча в горизонтальную цель; оценка уровня координационных способностей; проведение подвижной игры с метанием малого мяча; проектирование способов выполнения домашнего задания
10	Техника прыжка в высоту способом «перешагивание»	4.10		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки на месте; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники прыжка в высоту способом «перешагивание»; проведение подвижной игры «Салки и мяч»; проектирование способов выполнения домашнего задания

				задания
11	Преодоление легкоатлетической полосы препятствий	9.10		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки с набивными мячами; проверка выполнения домашнего задания; преодоление легкоатлетической полосы препятствий; повторение техники преодоления препятствия наступанием и прыжковым бегом; проектирование способов выполнения домашнего задания
<b>Спортивные игры</b>				
12	Техника удара по мячу внутренней стороной стопы	11.10		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки с футбольным мячом; проверка выполнения домашнего задания; проведение инструктажа по технике безопасности при проведении подвижных и спортивных игр; разучивание техники удара по мячу внутренней стороной стопы, ведения мяча ногами; выполнение игровых упражнений с ведением мяча; проектирование способов выполнения домашнего задания
13	Удары по мячу подъемом ноги	16.10		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: повторение разминки с футбольным мячом; проверка выполнения домашнего задания; разучивание техники удара по мячу подъемом ноги; совершенствование техники удара по мячу внутренней стороной стопы, техники ведения мяча; проведение спортивной игры «Мини-футбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания
14	Удары по катящемуся мячу подъемом ноги	18.10		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей ] к структурированию и систематизации; изучаемого предметного содержания:   проведение разминки с футбольным мячом; проверка выполнения домашнего задания; разучивание техники удара по мячу подъемом ноги (внутренней и внешней стороной), техники удара по катящемуся мячу;   проведение спортивной игры «Мини-; футбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания
15	Удар по мячу серединой лба	23.10		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки с футбольным мячом в парах; проверка выполнения домашнего задания; разучивание техники удара по мячу серединой лба; совершенствование техники удара по мячу подъемом ноги; проведение спортивной

				игры «Мини-футбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания
16	Вбрасывание мяча и удары головой по летящему мячу	25.10		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: повторение разминки с футбольным мячом в парах; проверка выполнения домашнего задания; разучивание техники удара головой по летящему мячу; повторение техники вбрасывания мяча из-за боковой; проведение спортивной игры «Футбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания
17	Футбольные упражнения с мячом Контрольный урок по теме «Футбол»	8.11		Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализация коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): разучивание беговой разминки; проверка выполнения до- ; машнего задания; повторение техники вбрасывания мяча из-за боковой, техники удара серединой лба по мячу; проведение спортивной игры «Футбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: проведение разминки с футбольным мячом; проверка выполнения домашнего задания; выполнение контрольных упражнений; проведение спортивной игры «Футбол»; подведение итогов четверти; проектирование способов выполнения домашнего задания
<b>Гимнастика с элементами акробатики</b>				
18	Инструкция по технике безопасности на занятиях гимнастикой	13.11		Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий и т. д.): проведение инструктажа по технике безопасности на занятиях гимнастикой; разучивание разминки на гимнастических матах; проверка выполнения домашнего задания; повторение акробатических элементов: кувырок вперед, кувырок назад, «мост», стойка на лопатках; проведение гимнастической эстафеты; выполнение упражнения на расслабление; проектирование способов выполнения домашнего задания
19	Длинный кувырок с разбега	15.11		Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий и т. д.): повторение разминки на гимнастических матах; проверка выполнения домашнего задания; разучивание техники выполнения кувырка вперед с разбега; повторение техники выполнения акробатических элементов: стойки на лопатках, «моста», кувырков вперед и назад; повторение перестроения в две и три шеренги; проведение гимнастической эстафеты; проектирование способов выполнения домашнего задания

20	Кувырок назад в упор, стоя ноги врозь	20.11		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки на гимнастических матах; проверка выполнения домашнего задания; разучивание кувырка назад в упор, стоя ноги врозь; повторение техники выполнения длинного кувырка вперед с разбега; совершенствование техники выполнения акробатических элементов; повторение техник! вращений обруча; проектирование способов выполнения домашнего задания
21	Акробатические комбинации	22.11		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминка с гимнастическими обручами; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники выполнения акробатических элементов и правила составления гимнастических комбинаций; повторение техники лазанья по канату; проектирование способ выполнения домашнего задания
22	Стойка на голове и руках	27.11		Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализации коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): повторение разминка с обручами; проверка выполнения домашнего задания; разучивание техники выполнения стойки на голо и руках; разучивание техники выполнения «моста» и поворота в упор, на одном колене; совершенствование техники выполнения акробатические комбинаций, техники лазанья по канату; проектирование способов выполнения домашнего задания
23	Упражнения на гимнастическом бревне и перекладине	29.11		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки с гимнастической палкой, проверка выполнения домашнего задания; разучивание упражнения на гимнастическом бревне и перекладине; повторение техники выполнения стойки на голове и руках; проектирование способов выполнения домашнего задания
24	Подъем переворотом на невысокой перекладине	4.12		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: повторение разминки с гимнастической палкой; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники подъема переворотом на невысокой перекладине; повторение правил составления комбинаций на гимнастическом бревне и перекладине; разучивание упражнения перехода из виса на подколенках в упор присев через стойку на руках; проектирование способов выполнения домашнего задания

25	Комбинации на гимнастическом бревне и перекладине	6.12		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки с гимнастической палкой; проверка выполнения домашнего задания; разучивание техники выполнения подъема разгибом на перекладине (юноши); подготовка комбинации на гимнастическом бревне (девушки); проектирование способов выполнения домашнего задания
26	Упражнения и комбинации на брусьях	11.12		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки с набивными мячами; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники выполнения упражнений на брусьях; совершенствование техники выполнения подъема переворотом (девушки) и подъема разгибом (юноши); проведение гимнастической эстафеты; проектирование способов выполнения домашнего задания
27	Контрольный урок по теме «Брусья»	13.12		Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: проведение разминки с гимнастическими палками; проверка выполнения домашнего задания; выполнение контрольных комбинаций на брусьях; осуществление контроля и самоконтроля во время выполнения контрольных упражнений и комбинаций на брусьях; проведение гимнастической эстафеты; проектирование способов выполнения домашнего задания
28	Техника выполнения опорного прыжка ноги врозь и согнув ноги	18.12		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки на месте; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники опорных прыжков ноги врозь и согнув ноги; повторение техники лазанья по гимнастической стенке; проведение игрового упражнения «Позвони в колокольчик»; проектирование способов выполнения домашнего задания
29	Опорный прыжок боком с поворотом	20.12		Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий и т. д.): проведение разминки в движении; проверка выполнения домашнего задания; разучивание техники выполнения опорного прыжка боком с поворотом на 90°; совершенствование техники выполнения опорного прыжка ноги врозь и согнув ноги; проведение игрового упражнения «Позвони в колокольчик»; проектирование способов выполнения домашнего задания
30	Контрольный урок по теме «Опорный прыжок»	25.12		Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: проведение разминки с гимнастическими скакалками; проверка выполнения домашнего задания; выполнение контрольных опорных прыжков; подведение итогов;

				выполнение усложненных вариантов опорных прыжков; проектирование способов выполнения домашнего задания
<b>Спортивные игры</b>				
31	Спортивная игра «Баскетбол»	27.12		Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий и т. д.): разучивание разминки в парах с мячами; проверка выполнения домашнего задания; повторение правил спортивной игры «Баскетбол»; проведение баскетбольных упражнений и бросков мяча по воротам с дальних дистанций; проведение спортивной игры «Баскетбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания
32	Броски и передачи в баскетболе	10.01		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: повторение разминки в парах с мячами; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники баскетбольных бросков и передач; проведение спортивной игры «Баскетбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания
<b>Лыжная подготовка</b>				
33	Инструкция по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой. Попеременный двухшажный ход	15.01		Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий и т. д.): повторение инструкции по технике безопасности на занятиях: лыжной подготовкой; проверка формы и лыжного снаряжения; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники выполнения попеременного двухшажного хода; выполнение игрового упражнения «Догони впереди идущего»; проектирование способов выполнения домашнего задания
34	Одновременный бесшажный ход	17.01		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки на лыжах; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники попеременного двухшажного хода и одновременного бесшажного хода; проведение игрового упражнения «Догони впереди идущего»; проектирование способов выполнения домашнего задания
35	Чередование лыжных ходов	22.01		Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализация коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): проведение разминки на лыжах; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники перехода с одного лыжного хода на другой, техники одновременного одношажного хода (скоростной вариант); проведение подвижной

				игры на лыжах «Накаты»; проектирование способов выполнения домашнего задания
36	Коньковый ход на лыжах	24.01		Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий и т. д.): повторение разминки на лыжах с лыжными палками; проверка выполнения домашнего задания; разучивание техники конькового хода; повторение техники чередования лыжных ходов; прохождение дистанции 1,5 км на лыжах; проектирование способов выполнения домашнего задания
37	Подъемы на склон и спуски со склона	29.01		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки на лыжах; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники подъемов на склон и спуска со склона; совершенствование техники конькового хода; разучивание техники торможения «плугом»; проектирование способов выполнения домашнего задания
38	Торможение боковым соскальзыванием	31.01		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки на лыжах с лыжными палками; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники подъемов на склон и спуска со склона; разучивание техники торможения боковым соскальзыванием; проведение подвижной игры «Затормози в квадрате»; проектирование способов выполнения домашнего задания
39	Прохождение дистанции 2,5 км на лыжах	5.02		Формирование у учащихся Деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки на лыжах; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники лыжных ходов; прохождение дистанции 2,5 км на лыжах; совершенствование техники подъемов на склоны и спуска со склонов; проектирование способов выполнения
40	Прохождение дистанции 3 км на лыжах	7.02		Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализация коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): проведение разминки на лыжах; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники лыжных ходов; прохождение дистанции 3 км на лыжах; совершенствование техники подъемов на склон и спусков со склона; проектирование способов выполнения домашнего задания
41	Контрольный урок по теме “Лыжные	12.02		Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализация коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений

	подготовка”			в деятельности): проведение разминки на лыжах; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники подъемов на склон и спусков со склона; проектирование способов выполнения домашнего задания
<b>Спортивные игры</b>				
42	Волейбол. Передача мяча сверху двумя руками	14.02		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки с волейбольным мячом; повторение техники приема и передачи мяча в парах сверху двумя руками; повторение правил спортивной игры «Волейбол»; проведение спортивной игры «Волейбол»; проектирование
43	Волейбол. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке и назад	19.02		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: повторение разминки с волейбольным мячом; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники приема и передачи мяча сверху двумя руками в парах; передачи мяча двумя руками сверху в прыжке и назад; проведение спортивной игры «Волейбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания
44	Волейбол. Передача мяча сверху за голову, прием мяча снизу, нижняя прямая и боковая подачи	21.02		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки с волейбольным мячом в парах; проверка выполнения домашнего ; задания; повторение техники приема и передач мяча снизу и сверху, техники передачи мяча сверху двумя руками в парах в прыжке и назад; совершенствование техники нижней прямой подачи мяча, техники боковой подачи мяча; проведение подвижной игры «Точная подача»; 1 проектирование способов выполнения домашнего задания
45	Волейбол. Прямой нападающий удар	26.02		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки с набивными мячами; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники выполнения прямого нападающего удара; совершенствование техники приема и передачи мяча различными способами; проведение спортивной игры «Волейбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания
46	Отбивание мяча	28.02		Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий,

	кулаком через сетку			способов действий и т. д.): разучивание разминки с волейбольным мячом; проверка выполнения домашнего задания; разучивание техники отбивания мяча кулаком через сетку, прием мяча сверху двумя руками с перекатом на спине; проведение спортивной игры «Волейбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания
47	Волейбол. Тактические действия. Игра по правилам	4.03		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки с гимнастическими скакалками; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники подач; повторение тактических действий во время проведения спортивной игры «Волейбол»; проведение спортивной игры «Волейбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания
48	Контрольный урок по теме «Волейбол»	6.03		Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: проведение разминки с волейбольным мячом; контроль и самоконтроль изученных умений и навыков; выполнение контрольных волейбольных упражнений; проведение спортивной игры «Волейбол»
49	Баскетбол. Передвижение, повороты, броски мяча в баскетбольную корзину	11.03		Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий и т. д.): разучивание беговой разминки; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники передвижений, поворотов и бросков мяча в баскетбольную корзину; проведение спортивной игры «Баскетбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания
50	Баскетбол. Передачи и броски мяча в баскетбольную корзину	13.03		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: повторение беговой разминки; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники передач мяча в парах, техники бросков мяча в баскетбольную корзину разными способами; проведение спортивной игры «Баскетбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания
51	Баскетбол. Штрафные броски	18.03		Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий и т. д.): разучивание разминки с малыми мячами; проверка выполнения домашнего задания; разучивание техники штрафных бросков в баскетболе; проведение подвижной игры «Гридцать три», спортивной игры «Баскетбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания
52	Баскетбол. Вырывание и выбивание	20.03		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания:

	мяча			разучивание разминки с набивными мячами; проверка выполнения домашнего задания: разучивание техники контроля соперника на игровой площадке; повторение техники вырывания и выбивания мяча; проведение спортивной игры «Баскетбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания
53	Баскетбол. Перехват Мяча	1.04		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: повторение разминки с набивными мячами; проверка выполнения домашнего задания; разучивание техники перехвата мяча; проведение учебной игры «Челнок»; проектирование способов выполнения домашнего задания
54	Баскетбол. Нападение и защита	3.04		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки с баскетбольными мячами в парах; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники нападения и защиты; проведение спортивной игры «Баскетбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания
55	Баскетбол. Игра по правилам	8.04		Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализация коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): проведение разминки с баскетбольными мячами в парах; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники нападения и защиты; проведение спортивной игры «Баскетбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания
56	Контрольный урок по теме «Баскетбол»	10.04		Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: проведение разминки с баскетбольными мячами; контроль и самоконтроль изученных умений и навыков; выполнение контрольных баскетбольных упражнений; проведение спортивной игры «Баскетбол»
<b>Плавание</b>				
57	Плавание. Техника безопасности. Влияние занятия на развитие выносливости, координационных	15.04		Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): коллективная работа с инструкцией по технике безопасности на занятиях по плаванию; проведение разминки; проверка выполнения домашнего задания; выполнение специальных дыхательных упражнений; проектирование способов выполнения

	способностей.			
58	Плавание. Кроль на груди. Развитие выносливости, координационных способностей.	17.04		Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): коллективная работа с инструкцией по технике безопасности на занятиях по плаванию; проведение разминки; проверка выполнения домашнего задания; выполнение специальных дыхательных упражнений.
<b>Легкая атлетика</b>				
59	Метание малого мяча в горизонтальную цель	22.04		Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: проведение разминки с малыми мячами, тестирования малого мяча в горизонтальную цель; повторение техники метания мяча на дальность; проведение подвижной игры «Точно в цель»; проектирование способов выполнения домашнего задания
60	Метание малого мяча в вертикальную цель	24.04		Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: проведение разминки с малыми мячами, тестирования малого мяча в горизонтальную цель; повторение техники метания мяча на дальность; проведение подвижной игры «Точно в цель»; проектирование способов выполнения домашнего задания
61	Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции. Развитие выносливости.	29.04		Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: проведение разминки с малыми мячами, тестирования малого мяча в горизонтальную цель; повторение техники метания мяча на дальность; проведение беговой эстафеты; проектирование способов выполнения домашнего задания
62	Тестирование бега на 100 м	1.05		Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: проведение беговой разминки; проверка выполнения домашнего задания; тестирование бега на 100 м; оценка уровня развития скоростных и координационных способностей; проведение беговой эстафеты; проектирование способов выполнения домашнего задания
63	Равномерный бег. Развитие выносливости	6.05		Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализация коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): разучивание разминки в движении; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники равномерного бега; проведение забега на 1500 м; оценка уровня развития выносливости; проведение футбольных подвижных игр; проектирование способов выполнения домашнего задания

64	Тестирование метания мяча на дальность с разбега	8.05		Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: проведение разминки в движении; проверка выполнения домашнего задания; тестирование метания мяча на дальность с разбега; оценка уровня развития скоростно-силовых способностей; совершенствование техники бега на длинные дистанции; проектирование способов выполнения домашнего задания
65	Тестирование прыжка в длину с разбега	13.05		Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: проведение беговой разминки; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники выполнения равномерного бега; совершенствование техники прыжка в длину с разбега способами «согнув ноги» и «прогнувшись»; оценка уровня развития скоростно-силовых способностей; тестирование прыжка в длину с разбега; проектирование способов выполнения домашнего задания
66	Равномерный бег. Развитие выносливости	15.05		Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализация коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): проведение разминки на развитие гибкости; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники равномерного бега; проведение забега на 2500 м; оценка уровня развития выносливости; проведение футбольных подвижных игр; проектирование способов выполнения домашнего задания
67	Тестирование бега на 2000 и 3000 м	20.05		Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: повторение разминки на гибкость; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники равномерного бега; проведение забега на 2000 и 3000 м; оценка уровня развития выносливости; проведение футбольных подвижных игр; проектирование способов выполнения домашнего задания
68	Эстафетный бег Эстафеты. Скоростно-силовая подготовка	22.05		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение беговой разминки; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники эстафетного бега; прохождение легкоатлетической полосы препятствий; проектирование способов выполнения домашнего задания Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки в движении; проверка выполнения домашнего задания; проведение эстафеты, скоростно-силовой подготовки; выполнение упражнения на развитие памяти; проектирование способов выполнения домашнего задания

## **Перечень учебно – методического обеспечения. Список литературы**

### **1. Дополнительная литература:**

1 . Матвеев, А. П. Физическая культура. 8-9 класс : учеб. для общеобразоват. организаций / А. П. Матвеев. – 6-е изд. – М. : Просвещение, 2017. – 192 с. : ил.

2.Фомин Е.В., Булкина Л.В. Волейбол. Нач.обучение. –М.: Спорт 2015.-88 с: ил.

3.Бусарин А.Г. и др. Лыжная подготовка в школе: учебное пособие/ А.Г.Бусарина, Ю.Г.Денисенко, Р.Р.Азиуллин, - Набережные челны: Издательство НФ Поволжеский ГАФКС и Т, 2013.-300 с.

### **2.Интернет-ресурсы:**

Учительский портал. - Режим доступа :<http://www.uchportal.ru/load/102-1-0-13511>

К уроку.ru. -Режим доступа :<http://www.k-yroky.ru/load/71-1-0-6958>

Сеть творческих учителей. - Режим доступа: <http://www.it-n.ru/communities.aspx>

Социальная сеть работников образования. – Режим доступа: <https://nsportal.ru/>

### **3.Учебно-практическое оборудование.**

1. Скамейка гимнастическая .

2. Мячи: мяч малый (теннисный), мяч малый (мягкий), мячи футбольные, мячи баскетбольные, волейбольные .

3. Скакалка детская.

4. Мат гимнастический.

5. Обруч.

6. Рулетка измерительная.

7. Лыжи.

## Критерии и нормы оценки ЗУН учащихся

Оценка успеваемости по физической культуре в 8-ых классах производится на общих основаниях и включает в себя качественные и количественные показатели: уровень соответствующих знаний, степень владения двигательными умениями и навыками, умение осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность, выполнение учебных нормативов. Учитываются психологические особенности подростков, аргументируется выставление той или иной оценки, шире привлекаются учащиеся к оценке своих достижений и достижений товарищей. Оценка должна стимулировать активность подростка, интерес к занятиям физической культурой, желание улучшить собственные результаты. В этой связи при оценке успеваемости в большей мере необходимо ориентироваться на темпы развития двигательных способностей ученика, поощряется его стремление к самосовершенствованию, к углублению знаний в области физической культуры и ведению здорового образа жизни.

Критерии оценивания по физической культуре являются качественными и количественными.

Качественные критерии успеваемости характеризуют степень овладения программным материалом: знаниями, двигательными умениями и навыками, способами физкультурно-оздоровительной деятельности, включенными в обязательный минимум содержания образования и в школьный образовательный стандарт.

Количественные критерии успеваемости определяют сдвиги в физической подготовленности, складывающиеся из показателей развития основных физических способностей: силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости и их сочетаний, что отражает направленность и уровни реализуемых образовательных программ.

Осуществляя оценивание подготовленности по физической культуре, учитываются темп (динамика изменения развития физических качеств за определенный период времени, а не в данный момент) и индивидуальные особенности учащихся (типы телосложения, психические и физиологические особенности). Задание по улучшению показателей физической подготовленности (темп прироста) должны представлять определенную трудность для каждого учащегося, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий дает основание для выставления высокой оценки.

## Критерии оценивания успеваемости

### по базовым составляющим физической подготовки учащихся:

#### І. Знания

При оценивании знаний по предмету «Физическая культура» учитываются такие показатели: глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями.

С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), тестирование.

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
За ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя в деятельности	За тот же ответ, если в нем содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки	За ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике	За непонимание и незнание материала программы

## II. Техника владения двигательными умениями и навыками

Для оценивания техники владения двигательными умениями и навыками используются следующие методы: наблюдение, вызов из строя для показа, выполнение упражнений и комбинированный метод.

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив	При выполнении ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок	Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Учащийся не может выполнить движение в нестандартных  и сложных в сравнении с уроком условиях	Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка

### III. Владение способами и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельности

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
<p>Учащийся умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно организовать место занятий;</li> <li>- подбирать средства и инвентарь, применять их в конкретных условиях;</li> <li>- контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги</li> </ul>	<p>Учащийся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью;</li> <li>- допускает незначительные ошибки в подборе средств;</li> <li>- контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги</li> </ul>	<p>Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняется один из пунктов</p>	<p>Учащийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов</p>

#### IV. Уровень физической подготовленности учащихся

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
Исходный показатель соответствует высокому уровню подготовленности, предусмотренному обязательным минимумом подготовки и программой физического воспитания, которая отвечает требованиям государственного стандарта и обязательного минимума содержания обучения физической культуре, и высокому приросту ученика в показателях физической подготовленности за определенный период времени	Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста	Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту	Учащийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста показателей физической подготовленности

*Общая оценка успеваемости* складывается по видам программы: по гимнастике, баскетболу, волейболу, легкой атлетике - путем сложения конечных оценок, полученных учеником по всем видам движений, и оценок за выполнение контрольных упражнений.

*Оценка успеваемости за учебный год* производится на основании оценок за учебные четверти с учетом общих оценок по отдельным разделам программы. При этом преимущественное значение имеют оценки за умения и навыки осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную деятельность.

## Нормативы физической подготовленности учащихся

Уровень физической подготовленности учащихся 11–15 лет

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст, лет	Уровень					
				Мальчики			Девочки		
				Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
1	Скоростные	Бег 30 м, с	11	6,3 и выше	6,1–5,5	5,0 и ниже	6,4 и выше	6,3–5,7	5,1 и ниже
			12	6,0	5,8–5,4	4,9	6,3	6,2–5,5	5,0
			13	5,9	5,6–5,2	4,8	6,2	6,0–5,4	5,0
			14	5,8	5,5–5,1	4,7	6,1	5,9–5,4	4,9
			15	5,5	5,3–4,9	4,5	6,0	5,8–5,3	4,9
2	Координационные	Челночный бег 3×10 м, с	11	9,7 и выше	9,3–8,8	8,5 и ниже	10,1 и выше	9,7–9,3	8,9 и ниже
			12	9,3	9,0–8,6	8,3	10,0	9,6–9,1	8,8
			13	9,3	9,0–8,6	8,3	10,0	9,5–9,0	8,7
			14	9,0	8,7–8,3	8,0	9,9	9,4–9,0	8,6
			15	8,6	8,4–8,0	7,7	9,7	9,3–8,8	8,5
3	Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места, см	11	140 и ниже	160–180	195 и выше	130 и ниже	150–175	185 и выше
			12	145	165–180	200	135	155–175	190
			13	150	170–190	205	140	160–180	200
			14	160	180–195	210	145	160–180	200
			15	175	190–205	220	155	165–185	205
4	Выносливость	6-минутный бег, м	11	900 и менее	1000–1100	1300 и выше	700 и ниже	850–1000	1100 и выше
			12	950	1100–1200	1350	750	900–1050	1150
			13	1000	1150–1250	1400	800	950–1100	1200
			14	1050	1200–1300	1450	850	1000–1150	1250
			15	1100	1250–1350	1500	900	1050–1200	1300