

«Рассмотрено»  
Руководитель ШМО  
МБОУ «Гимназия №5 ЗМР  
РТ»  
\_\_\_\_\_/М.Д.Халитов/  
«28»августа 2024г.

«Согласовано»  
Заместитель директора по УР  
(ВР)  
МБОУ «Гимназия №5 ЗМР  
РТ»  
\_\_\_\_\_/ Р.Р. Гатауллин/  
«29» августа 2024г.

«Утверждено»  
Директор МБОУ  
«Гимназия №5 ЗМР РТ»  
\_\_\_\_\_/Г.Н. Нуриева/  
«31»августа2024г.

Введено в действие  
по приказу № 156 от «31» августа2024 г.

Календарно –тематическое планирование

**ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Учебного предмета**  
**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**  
**(ID 1509688)**

(для 8 классов образовательных организаций)

учителя физической культуры  
Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения  
«Гимназия №5 Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан»  
Рахимов Ильдус Юсупович  
(высшая квалификационная категория)

Принято на заседании  
педагогического совета  
гимназии №5  
Протокол №1  
от «29» августа 2024г.

2024-2025 учебный год

## 8 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Виды, формы контроля	Дата проведения
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Техника безопасности на уроках легкой атлетики.	1	-	-		
2.	Обучение технике спринтерского бега	1		1		
3.	Спринтерский бег (техника низкого старта).	1		1		
4.	Спринтерский бег. (бег 30 метров с низкого старта).	1	1		тестирование	
5.	Спринтерский бег (бег по дистанции)	1		1		
6.	Спринтерский бег (бег 60 метров с низкого старта);Прыжок в длину с места.	1	1		тестирование	
7.	Прыжок в длину с места.	1		1		
8.	Прыжок в длину с места-тест.	1	1		тестирование	
9.	Метание малого мяча.	1		1		
10.	Метание малого мяча на дальность.	1		1		
11.	Метание малого мяча на дальность.	1		1		
12.	Метание малого мяча с разбега на дальность.	1	1		зачет	
13.	Прыжки через скакалку.	1		1		
14.	Прыжки через скакалку за 1 минуту.	1	1		тестирование	
15.	Прыжки в высоту способом (согнув ноги).	1		1		
16.	Прыжки в высоту способом (согнув ноги)	1	1		зачет	
17.	Техника безопасности на уроках мини-футбола.	1	-	-		
18.	Ведение и передачи футбольного мяча.	1		1		
19.	Ведение футбольного мяча.	1		1		
20.	Жонглирование и передачи футбольного мяча.	1		1		
21.	Передачи и жонглирование футбольного мяча.	1		1		
22.	Жонглирование футбольного мяча.	1		1		
23.	Жонглирование футбольного мяча.	1	1		зачет	

24.	Техника безопасности на уроках гимнастики с элементами акробатики.	1	-	-		
25.	Строевые упражнения.	1	-	-		
26.	Подтягивание на перекладине. Кувырок вперед и назад.	1		1		
27.	Подтягивания на перекладине. Кувырок вперед-назад.	1		1		
28.	Кувырок вперед-назад. Стойка на лопатках.	1		1		
29.	Стойка на лопатках. Кувырок вперед-назад.	1	1		зачет	
30.	Метание набивного мяча из-за головы в положении сед.	1		1		
31.	Правила поведения и техники безопасности при занятиях плаванием в плавательном бассейне и на открытых водоемах в различное время года.	1		1		
32.	Спортивные способы плавания	1	1		тестирование	
33.	Спортивные способы плавания	1		1		
34.	Спортивные способы плавания	1		1		
35.	Прикладные способы плавания: плавание на боку; брасс на спине; ныряние.	1		1		
36.	Способы спасения пострадавшего на воде. Основные и подручные средства спасения на воде.	1	1		тестирование	
37.	Т/б. Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом	1		1		
38.	Способы преодоления естественных препятствий на лыжах	1		1		
39.	Способы преодоления естественных препятствий на лыжах	1	1		зачет	
40.	Торможение боковым скольжением	1		1		
41.	Торможение боковым скольжением	1		1		
42.	Торможение боковым скольжением	1	1		зачет	
43.	Переход с одного лыжного	1		1		

	хода на другой					
44.	Переход с одного лыжного хода на другой	1		1		
45.	Переход с одного лыжного хода на другой	1	1		зачет	
46.	Т/б на уроках волейбола.	1		1		
47.	Стойка и передвижение игрока. Передача мяча двумя руками сверху.	1		1		
48.	Прием и передача мяча двумя руками снизу.	1		1		
49.	Прием и передача мяча двумя руками снизу.	1	1		зачет	
50.	Нижняя прямая подача мяча.	1		1		
51.	Нижняя прямая подача мяча.	1	1		зачет	
52.	Верхняя прямая подача мяча.	1		1		
53.	Верхняя прямая подача мяча.	1	1		зачет	
54.	Техника безопасности на уроках баскетбола.	1	-	-		
55.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча на месте.	1		1		
56.	Ведение мяча на месте. Ловля и передача мяча.	1		1		
57.	Ведение мяча в движении.	1	1		зачет	
58.	Ловля и передачи мяча. Броски мяча в корзину.	1		1		
59.	Ловля и передачи мяча. Броски мяча в корзину.	1	1		зачет	
60.	Броски мяча в корзину. Тактические действия в нападении.	1	1		зачет	
61.	Техника безопасности на уроках легкой атлетики.	1	-	-		
62.	Непрерывный бег.	1		1		
63.	6-ти минутный бег	1	1		тестирование	
64.	Спринтерский бег.	1		1		
65.	Спринтерский бег.	1		1		
66.	Бег 100 метров.	1	1		тестирование	
67.	Спринтерский бег. Прыжки в длину с места.	1		1		
68.	Прыжки в длину с места.	1	1		зачет	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО		68				

ΠΡΟΓΡΑΜΜΕ			
-----------	--	--	--