

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 8 КЛАСС

Федеральная программа по физической культуре рассчитана на 68 часов. В соответствии с календарным учебным графиком на 2024-2025 учебный год рабочая программа в 8А классе составлена на 67 часов, в 8Б классе составлена на 66 часов, в 8В классе составлена на 65 часов. Выполнение федеральной программы в полном объеме в 8А предусмотрено за счет объединения тем №67 и №68, в 8Б предусмотрено за счет объединения тем №65 и №66, №67 и №68., в 8В предусмотрено за счет объединения тем №63 и №64, №65 и №66, №67 и №68

В процессе реализации данной рабочей программы предусмотрено диагностические задания по формированию функциональной грамотности не менее 1 раза в четверть:

№ урока	Формулировка задания	Ссылка на образовательный ресурс
1 четверть	Естественно-научная грамотность	https://fg.reshe.edu.ru/
2 четверть	Срез знаний	Администрация
3 четверть	Политоринг	
4 четверть	Естественно-научная грамотность	https://fg.reshe.edu.ru/

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	8А	8Б	8В	
1	Физическая культура в современном обществе	1			03.09.24	03.09.24	06.09.24	
2	Всестороннее и гармоничное физическое развитие	1			06.09.24	09.09.24	09.09.24	
3	Адаптивная и лечебная физическая культура	1			10.09.24	10.09.24	13.09.24	

4	Правила проведения самостоятельных занятий при коррекции осанки и телосложения	1			13.09.24	16.09.24	16.09.24	
5	Составление планов для самостоятельных занятий с учетом индивидуальных особенностей	1			17.09.24	17.09.24	20.09.24	
6	Упражнения для профилактики утомления	1			20.09.24	23.09.24	23.09.24	
7	Дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз	1			24.09.24	24.09.24	27.09.24	
8	Акробатические комбинации	1			27.09.24	30.09.24	30.09.24	
9	Акробатические комбинации	1			01.10.24	01.10.24	04.10.24	
10	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1			04.10.24	07.10.24	07.10.24	
11	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см; поднимание туловища из положения лежа на спине	1			08.10.24	08.10.24	11.10.24	
12	Гимнастическая комбинация на перекладине	1			11.10.24	14.10.24	14.10.24	
13	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики; наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1			15.10.24	15.10.24	18.10.24	
14	Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	1			18.10.24	21.10.24	21.10.24	

15	Вольные упражнения на базе ритмической гимнастики	1			22.10.24	22.10.24	25.10.24	
16	Бег на короткие и средние дистанции	1			25.10.24	05.11.24	08.11.24	
17	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: бег на 30 м и 60 м	1			05.11.24	11.11.24	11.11.24	
18	Бег на длинные дистанции	1			08.11.24	12.11.24	15.11.24	
19	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: бег на 1500 м или 2000 м	1			12.11.24	18.11.24	18.11.24	
20	Прыжки в длину с разбега	1			15.11.24	19.11.24	22.11.24	
21	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1			19.11.24	25.11.24	25.11.24	
22	Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись»	1			22.11.24	26.11.24	29.11.24	
23	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: челночный бег 3x10 м	1			26.11.24	02.12.24	02.12.24	
24	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: метание мяча весом 150 г	1			29.11.24	03.12.24	06.12.24	
25	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: кросс на 3 км	1			03.12.24	09.12.24	09.12.24	
26	Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом	1			06.12.24	10.12.24	13.12.24	

27	Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом	1			10.12.24	16.12.24	16.12.24	
28	Техника передвижения на лыжах попеременным бесшажным ходом	1			13.12.24	17.12.24	20.12.24	
29	Техника передвижения на лыжах попеременным бесшажным ходом	1			17.12.24	23.12.24	23.12.24	
30	Торможение боковым скольжением	1			20.12.24	24.12.24	27.12.24	
31	Способы преодоления естественных препятствий на лыжах	1			24.12.24	13.01.25	10.01.25	
32	Техника преодоления препятствий перешагиванием, перелезанием	1			10.01.25	14.01.25	13.01.25	
33	Переход с одного лыжного хода на другой	1			14.01.25	20.01.25	17.01.25	
34	Преодоление учебной дистанции с переходом с одного лыжного хода на другой	1			17.01.25	21.01.25	20.01.25	
35	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: бег на лыжах 2 км или 3 км	1			21.01.25	27.01.25	24.01.25	
36	Старт прыжком со стартовой тумбы	1			24.01.25	28.01.25	27.01.25	
37	Старт прыжком со стартовой тумбы с последующим проплывание дистанции способом кроль на груди	1			28.01.25	03.02.25	31.01.25	
38	Старт прыжком со стартовой тумбы с последующим проплывание дистанции способом кроль на спине	1			31.01.25	04.02.25	03.02.25	
39	Техника открытого поворота при плавании кролем на груди	1			04.02.25	10.02.25	07.02.25	
40	Техника открытого поворота при плавании кролем на спине	1			07.02.25	11.02.25	10.02.25	

41	Старт из воды толчком о стенку бассейна	1			11.02.25	17.02.25	14.02.25	
42	Проплывание учебных дистанций с выполнением старта и поворотов	1			14.02.25	18.02.25	17.02.25	
43	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: плавание 50 м	1			18.02.25	24.02.25	21.02.25	
44	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1			21.02.25	25.02.25	24.02.25	
45	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1			25.02.25	03.03.25	28.02.25	
46	Передача мяча одной рукой снизу	1			28.02.25	04.03.25	03.03.25	
47	Передача мяча одной рукой снизу	1			04.03.25	10.03.25	07.03.25	
48	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке	1			07.03.25	11.03.25	10.03.25	
49	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке	1			11.03.25	17.03.25	14.03.25	
50	Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке	1			14.03.25	18.03.25	17.03.25	
51	Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке	1			18.03.25	31.03.25	21.03.25	
52	Прямой нападающий удар	1			21.03.25	01.04.25	31.03.25	
53	Прямой нападающий удар	1			01.04.25	07.04.25	04.04.25	
54	Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	1			04.04.25	08.04.25	07.04.25	
55	Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	1			08.04.25	14.04.25	11.04.25	
56	Тактические действия в защите	1			11.04.25	15.04.25	14.04.25	

57	Тактические действия в нападении	1			15.04.25	21.04.25	18.04.25	
58	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1			18.04.25	22.04.25	21.04.25	
59	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1			22.04.25	28.04.25	25.03.25	
60	Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы	1			25.04.25	29.04.25	28.04.25	
61	Остановка мяча внутренней стороной стопы	1			29.04.25	05.05.25	05.05.25	
62	Правила игры в мини-футбол	1			16.05.25	06.05.25	12.05.25	
63	Правила игры в мини-футбол	1			06.05.25	12.05.25	16.05.25	
64	Игровая деятельность по правилам классического футбола	1			13.05.25	13.05.25		
65	Игровая деятельность по правилам классического футбола	1			16.05.25	19.05.25	19.05.25	
66	Правила выполнения спортивных нормативов 4-5 ступени. Правила ТБ	1			23.05.25			
67	Фестиваль «Мы сдадим ГТО» (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 4-5 ступени)	1			20.05.25	20.05.25	23.05.25	
68	Фестиваль «Мы сдадим ГТО» (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 4-5 ступени)	1						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0				