


# МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

## Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа п. Степное Калининского района Саратовской области»

РАССМОТРЕНО  
на заседании  
педагогического совета  
протокол №1 от 31.08.2023г.

СОГЛАСОВАНО  
Ответственный по УВР  
 М.О.Ахмедова  
от «31»августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО  
И.о. директора МБОУ «СОШ  
п.Степное Калининского  
района Саратовской области»  
 В.С. Сахно  
Приказ №104 от 01.09.2023 г.



### **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА** **учебного предмета «Физическая культура»** для обучающихся 8 класса на 2023-2024 учебный год

Составитель: Воробьёв Владислав Валерьевич  
учитель физической культуры

п.Степное  
2023 год

## **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса «Физическая культура»**

**Личностными** результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными** результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

— технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметными** результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

— планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

— излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;

— представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

— измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;

— оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

— организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

— бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

— организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;

— характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;

— взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

— в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

— подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;

— находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

## Содержание курса

### 8 КЛАСС

#### **1.1. Естественные основы.**

*7–8 классы.* Опорно-двигательный аппарат и мышечная система, их роль в осуществлении двигательных актов. Значение нервной системы в управлении движениями и регуляции систем дыхания, кровоснабжения. Роль психических процессов в обучении двигательным действиям и движениям.

#### **1.2. Социально-психологические основы.**

*7–8 классы.* Основы обучения и самообучения двигательным действиям, их роль в развитии внимания, памяти и мышления. Совершенствование и самосовершенствование физических способностей, влияние этих процессов на физическое развитие, повышение учебно-трудовой активности и формирование личностно значимых свойств и качеств. Анализ техники физических упражнений, их освоение и выполнение по объяснению. Ведение тетрадей самостоятельных занятий физическими упражнениями, контроля за функциональным состоянием организма и физической подготовленностью.

#### **1.3. Культурно-исторические основы.**

*7–8 классы.* Физическая культура и ее значение в формирование здорового образа жизни современного человека.

#### **1.4. Приемы закаливания.**

*7–8 классы.* Водные процедуры (*обтирание, душ*), купание в открытых водоемах.

#### **1.5. Подвижные игры.**

##### ***Волейбол***

*5–9 классы.* Терминология избранной игры. Правила и организация проведения соревнований по баскетболу. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе. Организация и проведение подвижных игр и игровых заданий.

##### ***Баскетбол***

*5–9 классы.* Терминология избранной игры. Правила и организация проведения соревнований по баскетболу. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе. Организация и проведение подвижных игр и игровых заданий.

#### **1.6. Гимнастика с элементами акробатики.**

*8–9 классы.* Значение гимнастических упражнений для развития координационных способностей. Страховка и самостраховка во время занятий. Техника безопасности во время занятий.

#### **1.7. Легкоатлетические упражнения.**

5–9 классы. Терминология легкой атлетики. Правила и организация проведения соревнований по легкой атлетике. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе.

### 1.8. Кроссовая подготовка.

5–9 классы. Правила и организация проведения соревнований по кроссу. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Помощь в судействе.

### 2. Демонстрировать.

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики	Девочки
Скоростные	Бег 60 м с высокого старта с опорой на руку, с.	9,2	10,2
Силовые	Прыжок в длину с места, см	180	165
	Лазание по канату на расстояние 6 м, с.	12	–
	Поднимание туловища, лежа на спине, руки за головой, количество раз	–	18
К выносливости	Бег 2000 м, мин	8,50	10,20
К координации	Последовательное выполнение пяти кувырков, с.	10,0	14,0
	Броски малого мяча в стандартную мишень, м	12,0	10,0

## **Календарно – тематическое планирование уроков по физической культуре (с учётом календарного плана воспитательной работы)**

**Класс: 8**

**Учитель: Воробьёв Владислав Валерьевич**

**Количество часов:**

**Рекомендовано часов: всего 102 часа; в неделю 3 часа.**

**Запланировано 102 часа; в неделю 3 часа.**

Рабочая программа по учебному предмету физическая культура разработана в соответствии:

- с пунктом 9 статьи 2 Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации",
- с Требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования с изменениями, внесенными приказом Минобрнауки РФ от 31.12.2015г. №1577, приказом от 11.12.2020 №712 (далее ФГОС ООО),а также Рабочей программы воспитания;
- Уставом МБОУ"СОШ п.Степное Калининского района Саратовской области"

**Рабочая программа составлена на основе**

- основной образовательной программы МБОУ"СОШ п.Степное Калининского района Саратовской области"
- примерной рабочей программы по физической культуре
- рабочей программы по физической культуре для предметной линии учебников:  
Лях В. И. Физическая культура. 8-9кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений. М.: Просвещение, 2012.

## КАЛЕНДАРНО -ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

8 класс

№ п/п	Тема урока	ИКТ Проектная деятельность	Повторение	Планируемая дата	Фактическая дата
<b>Легкая атлетика -11 часов</b>					
1	Низкий старт (30–40 м). Стартовый разгон. Бег по дистанции (70–80 м). Эстафетный бег. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Инструктаж по ТБ. Развитие скоростных качеств			4 Сен(Пн)	
2	Низкий старт (30–40 м). Бег по дистанции (70–80 м). Эстафетный бег. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Правила использования легкоатлетических упражнений для развития скоростных качеств			6 Сен(Ср)	
3	Низкий старт (30–40 м). Бег по дистанции (70–80 м). Эстафетный бег, передача эстафетной палочки. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств	Презентация	<b>Повторение техники</b>	8 Сен(Пт)	
4	Низкий старт (30–40 м)			11 Сен(Пн)	



	<p>м). Бег по дистанции (70–80 м).          Финиширование.          Эстафетный бег (круговая эстафета).          ОРУ. Специальные беговые упражнения.          Развитие скоростных качеств</p>				
5	<p>Низкий старт (30–40 м). Бег по дистанции (70–80 м).          Финиширование.          Эстафетный бег (круговая эстафета).          ОРУ. Специальные беговые упражнения.          Развитие скоростных качеств</p>				13 Сен(Ср)
6	<p>Бег на результат (60 м). ОРУ.          Специальные беговые упражнения.          Развитие скоростных качеств</p>	Проект			15 Сен(Пт)
7	<p>Прыжок в длину с 11–13 беговых шагов.          Подбор разбега.          Метание теннисного мяча на дальность с 5–6 шагов. ОРУ.          Специальные беговые упражнения.          Правила использования легкоатлетических упражнений для развития скоростно-силовых качеств</p>	Презентация			18 Сен(Пн)
8	<p>Прыжок в длину с 11–13 беговых шагов.          Отталкивание.</p>				20 Сен(Ср)

	Метание мяча (150 г) на дальность с 5–6 шагов. ОРУ. Специальные беговые упражнения				
9	Прыжок в длину на результат. Техника выполнения метания мяча с разбега		<b>Повторение техники</b>		22 Сен(Пт)
10	Бег (1500 м – д., 2000 м – м.). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Правила соревнований. Развитие выносливости	<b>Видеоролик</b>			25 Сен(Пн)
11	Бег (1500 м – д., 2000 м – м.). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Правила соревнований. Развитие выносливости				27 Сен(Ср)

<b>Баскетбол - 19 часов</b>					
12	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением, с сопротивлением на месте. Бросок двумя руками от головы с места. Передачи мяча двумя руками от груди на месте.				29 Сен(Пт)
13	Личная защита. Учебная игра.				2 Окт(Пн)

	Развитие координационных способностей. Совершенствование физических способностей и их влияние на физическое развитие				
14	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением, с сопротивлением на месте. Бросок двумя руками от головы с места.			4 Окт(Ср)	
15	Передачи мяча двумя руками от груди на месте. Личная защита. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Презентация	<b>Повторение техники</b>	6 Окт(Пт)	
16	Совершенствование физических способностей и их влияние на физическое развитие			9 Окт(Пн)	
17	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением на месте.			11 Окт(Ср)	
18	Бросок двумя руками от головы с места с сопротивлением. Передача мяча одной рукой от плеча на месте	Проект		13 Окт(Пт)	

19	Личная защита. Учебная игра. Развитие координационных способностей			16 Окт(Пн)	
20	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча с места	Презентация	<b>Повторение техники</b>	18 Окт(Ср)	
21	Передача мяча двумя руками от груди в движении парами с сопротивлением. Личная защита. Учебная игра. Развитие координационных способностей		<b>Повторение техники</b>	20 Окт(Пт)	
22	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча с места. Передача мяча двумя руками от груди в движении парами с сопротивлением. Личная защита. Учебная игра. Развитие координационных способностей			23 Окт(Пн)	
23	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением.	Презентация		25 Окт(Ср)	

	<p>Бросок одной рукой от плеча с места. Передача мяча двумя руками от груди в движении парами с сопротивлением. Личная защита. Учебная игра. Развитие координационных способностей</p>				
24	<p>Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча с места.</p>			6 Ноя(Пн)	
25	<p>Передача одной рукой от плеча в движении в тройках с сопротивлением. Игровые задания (2 × 2, 3 × 3, 4 × 4). Учебная игра. Развитие координационных способностей</p>	<b>Видеоролик</b>		8 Ноя(Ср)	
26	<p>Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча с места</p>		<b>Повторение техники</b>	10 Ноя(Пт)	
27	<p>Передача одной рукой от плеча в движении в тройках с сопротивлением. Игровые задания (2 × 2, 3 × 3, 4 × 4). Учебная игра. Развитие</p>			13 Ноя(Пн)	

	координационных способностей				
<b>28</b>	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Штрафной бросок. Позиционное нападение со сменой места. Бросок одной рукой от плеча в движении с сопротивлением. Развитие координационных способностей			15 Ноя(Ср)	
<b>29</b>	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Штрафной бросок. Позиционное нападение со сменой места. Бросок одной рукой от плеча в движении с сопротивлением. Развитие координационных способностей	Презентация		17 Ноя(Пт)	
<b>30</b>	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Штрафной бросок. Позиционное нападение со сменой места. Бросок одной рукой от плеча в	<b>Видеоролик</b>	<b>Повторение техники</b>	20 Ноя(Пн)	

движении с сопротивлением. Развитие координационных способностей				
--	--	--	--	--

<b>Гимнастика с элементами акробатики-18 часов</b>				
<b>31</b>	Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ на месте. Подъем переворотом в упор толчком двумя руками (м.). Махом одной ногой толчком другой подъем переворотом (д.). Подтягивания в висе. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей. Техника безопасности	Проект		22 Ноя(Ср)
<b>32</b>	Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ с гимнастической палкой. Подъем переворотом в упор толчком двумя руками (м.); махом одной ногой толчком другой подъем переворотом (д.). Подтягивания в висе. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых		<b>Повторение техники</b>	24 Ноя(Пт)

	способностей				
<b>33</b>	Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ с гимнастической палкой. Подъем переворотом в упор толчком двумя руками (м.); махом одной ногой толчком другой подъем переворотом (д.). Подтягивания в висе. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей	<b>Видеоролик</b>			27 Ноя(Пн)
<b>34</b>	Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. Выполнение комплекса ОРУ с гимнастической палкой. Подъем переворотом в упор толчком двумя руками (м.). Махом одной ногой толчком другой подъем переворотом (д.). Подтягивания в висе. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей				29 Ноя(Ср)
<b>35</b>	Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в	<b>Презентация</b>			1 Дек(Пт)



	<p>движении.  Выполнение комплекса ОРУ с гимнастической палкой.  Подъем переворотом в упор толчком двумя руками (м.). Махом одной ногой толчком другой подъем переворотом (д.).  Подтягивания в висе.  Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей</p>				
<b>36</b>	<p>Техника выполнения подъема переворотом.  Подтягивания в висе.  Выполнение комплекса ОРУ с гимнастической палкой</p>		<b>Повторение техники</b>		4 Дек(Пн)
<b>37</b>	<p>Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ в движении. Прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок боком с поворотом на 90°. Эстафеты.  Прикладное значение гимнастики. Развитие скоростно-силовых способностей</p>				6 Дек(Ср)
<b>38</b>	<p>Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ в</p>	Презентация	<b>Повторение техники</b>		8 Дек(Пт)

	<p>движении. Прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок боком с поворотом на 90°. ОРУ с предметами. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей</p>				
<b>39</b>	<p>Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ в движении. Прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок боком с поворотом на 90°. ОРУ с мячами. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей</p>				11 Дек(Пн)
<b>40</b>	<p>Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ в движении. Прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок боком с поворотом на 90°. ОРУ с мячами. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей</p>	Презентация			13 Дек(Ср)
<b>41</b>	<p>Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ в движении. Прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок боком с поворотом на 90°. ОРУ с мячами.</p>		<b>Повторение техники</b>		15 Дек(Пт)

	Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей				
42	Прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок боком с поворотом на 90°. ОРУ с мячами. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Видеоролик		18 Дек(Пн)	
43	Кувырок назад, стойка ноги врозь (м.). Мост и поворот в упор на одном колене. ОРУ в движении. Лазание по канату в два приема. Развитие силовых способностей	Презентация		20 Дек(Ср)	
44	Кувырки назад и вперед, длинный кувырок (м.). Мост и поворот в упор на одном колене. ОРУ в движении. Лазание по канату в два-три приема. Развитие силовых способностей			22 Дек(Пт)	
45	Кувырки назад и вперед, длинный кувырок (м.). Мост и поворот в упор на одном колене. ОРУ с мячом. Лазание по канату в два-три приема. Развитие силовых способностей	Проект		25 Дек(Пн)	
46	Кувырки назад и	Презентация	<b>Повтор</b>	27 Дек(Ср)	

	вперед, длинный кувырок (м.). Мост и поворот в упор на одном колене. ОРУ с мячом. Лазание по канату в два-три приема. Развитие силовых способностей		<b>ение техники</b>		
<b>47</b>	Кувырки назад и вперед, длинный кувырок (м.). Мост и поворот в упор на одном колене. ОРУ с мячом. Лазание по канату и шесту в два-три приема. Развитие силовых способностей				10 Янв(Ср)
<b>48</b>	Кувырки назад и вперед, длинный кувырок (м.). Мост и поворот в упор на одном колене. ОРУ с мячом. Лазание по канату и шесту в два-три приема. Развитие силовых способностей	Презентация			12 Янв(Пт)
<b>Лыжная подготовка-18 часов</b>					
<b>49</b>	Правила безопасности на уроках лыжной подготовки. Перестроения.				15 Янв(Пн)
<b>50</b>	Бесшажный ход		<b>Повторение техники</b>		17 Янв(Ср)
<b>51</b>	Попеременный двухшажный ход.				19 Янв(Пт)
<b>52</b>	Одновременный				22 Янв(Пн)

	двухшажный ход.				
53	Одновременный двухшажный ход.			24 Янв(Ср)	
54	Одновременный двухшажный ход.	Презентация		26 Янв(Пт)	
55	Одновременный одношажный ход.			29 Янв(Пн)	
56	Закрепить одновременный одношажный ход			31 Янв(Ср)	
57	Обучение одновременного бесшажного хода			2 Фев(Пт)	
58	Спуски в парах, тройках за руки.	Видеоролик		5 Фев(Пн)	
59	Ходьба на лыжах до 3 км			7 Фев(Ср)	
60	Обучение подъёму в гору скользящим шагом.			9 Фев(Пт)	
61	Спуски со склона в основной стойке			12 Фев(Пн)	
62	Обучение повороту плугом на спуске.	Презентация		14 Фев(Ср)	
63	Лыжные гонки на 1-2 км.			16 Фев(Пт)	
64	Эстафеты по кругу с этапом до 400 метров.		<b>Повторение техники</b>	19 Фев(Пн)	
65	Торможение плугом.			21 Фев(Ср)	
66	Поднимание на склон «елочкой» «лесенкой»	Презентация		26 Фев(Пн)	
<b>Баскетбол-8 часов</b>					
67	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Штрафной бросок. Позиционное нападение со сменой места. Развитие координационных			28 Фев(Ср)	

	способностей				
<b>68</b>	Сочетание приемов передвижения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Штрафной бросок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска с сопротивлением. Быстрый прорыв (2 × 1, 3 × 2). Учебная игра. Развитие координационных способностей			1 Мар(Пт)	
<b>69</b>	Сочетание приемов передвижения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Штрафной бросок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска с сопротивлением. Быстрый прорыв (2 × 1, 3 × 2). Взаимодействие двух игроков через заслон. Учебная игра. Развитие координационных способностей	Проект		4 Мар(Пн)	
<b>70</b>	Сочетание приемов передвижения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Штрафной бросок. Сочетание приемов			6 Мар(Ср)	

	<p>ведения, передачи, броска с сопротивлением.</p> <p>Быстрый прорыв (2 × 1, 3 × 2).</p> <p>Взаимодействие двух игроков через заслон.</p> <p>Учебная игра.</p> <p>Развитие координационных способностей</p>				
<b>71</b>	<p>Сочетание приемов передвижения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением.</p> <p>Штрафной бросок.</p> <p>Сочетание приемов ведения, передачи, броска с сопротивлением</p>				11 Мар(Пн)
<b>72</b>	<p>Быстрый прорыв (3 × 1, 3 × 2, 4 × 2).</p> <p>Взаимодействие игроков в защите и нападении через заслон. Учебная игра.</p> <p>Развитие координационных способностей</p>	Презентация			13 Мар(Ср)
<b>73</b>	<p>Сочетание приемов передвижения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением.</p> <p>Штрафной бросок.</p> <p>Сочетание приемов ведения, передачи, броска с сопротивлением.</p>				15 Мар(Пт)
<b>74</b>	<p>Быстрый прорыв (3 × 1, 3 × 2, 4 × 2).</p>	Видеоролик			18 Мар(Пн)

	Взаимодействие игроков в защите и нападении через заслон. Учебная игра. Развитие координационных способностей				
<b>Спортивные игры (волейбол)-18 часов</b>					
<b>75</b>	Стойки и передвижения игрока. Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра по упрощенным правилам				20 Мар(Ср)
<b>76</b>	Стойки и передвижения игрока. Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах.	Презентация			22 Мар(Пт)
<b>77</b>	Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра по упрощенным правилам.	Презентация			1 Апр(Пн)
<b>78</b>	Стойки и передвижения игрока. Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах через сетку. Нижняя прямая подача, прием		<b>Повторение техники</b>		3 Апр(Ср)



	подачи. Игра по упрощенным правилам				
<b>79</b>	Стойки и передвижения игрока. Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах через сетку. Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра по упрощенным правилам	<b>Видеоролик</b>			5 Апр(Пт)
<b>80</b>	Комбинации из разученных перемещений. Верхняя передача мяча в парах через сетку. Передача мяча над собой во встречных колоннах				8 Апр(Пн)
<b>81</b>	Нижняя прямая подача, прием подачи. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам	Проект	<b>Повторение техники</b>		10 Апр(Ср)
<b>82</b>	Нижняя прямая подача, прием подачи. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам	Презентация			12 Апр(Пт)
<b>83</b>	Комбинации из разученных				15 Апр(Пн)

	<p>перемещений. Верхняя передача мяча в парах через сетку. Передача мяча над собой во встречных колоннах.</p>				
<b>84</b>	<p>Отбивание мяча кулаком через сетку. Нижняя прямая подача, прием подачи. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам</p>				17 Апр(Ср)
<b>85</b>	<p>Комбинации из разученных перемещений. Верхняя передача мяча в парах через сетку. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Отбивание мяча кулаком через сетку. Нижняя прямая подача, прием подачи. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам</p>	<b>Презентация</b>	<b>Повторение техники</b>		19 Апр(Пт)
<b>86</b>	<p>Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча в тройках после</p>	<b>Видеоролик</b>			22 Апр(Пн)

	перемещения. Передача мяча над собой во встречных колоннах.				
87	Нижняя прямая подача, прием подачи. Нападающий удар после передачи. Игра по упрощенным правилам	Презентация			24 Апр(Ср)
88	Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча в тройках после перемещения. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи. Нападающий удар после передачи. Игра по упрощенным правилам		<b>Повторение техники</b>		26 Апр(Пт)
89	Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча в тройках после перемещения. Передача мяча над собой во встречных колоннах.				3 Май(Пт)
90	Нижняя прямая подача, прием подачи. Нападающий удар после передачи. Игра по упрощенным правилам	Презентация			6 Май(Пн)

91	Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча в тройках после перемещения. Передача мяча над собой во встречных колоннах.			8 Май(Ср)	
92	Нижняя прямая подача, прием подачи. Нападающий удар в тройках через сетку. Игра по упрощенным правилам. Тактика свободного нападения		<b>Повторение техники</b>	13 Май(Пн)	
<b>Легкая атлетика -10 часов</b>					
93	Низкий старт (30–40 м). Стартовый разгон. Бег по дистанции (70–80 м). Эстафетный бег (передача эстафетной палочки). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств	<b>Видеоролик</b>		15 Май(Ср)	
94	Низкий старт (30–40 м). Бег по дистанции (70–80 м). Эстафетный бег (круговая эстафета). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Правила использования	<b>Проект</b>		17 Май(Пт)	

	легкоатлетических упражнений для развития скоростных качеств				
95	Низкий старт (30–40 м). Бег по дистанции (70–80 м). Финиширование. Эстафетный бег. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств			20 Май(Пн)	
96	Низкий старт (30–40 м). Бег по дистанции (70–80 м). Финиширование. Эстафетный бег. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств	Презентация		22 Май(Ср)	
97	Бег на результат (60 м). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств			24 Май(Пт)	
98	Прыжок в высоту с 11–13 беговых шагов. Подбор разбега. Отталкивание. Метание мяча (150 г) на дальность с 5–6 шагов. ОРУ. Специальные беговые упражнения		<b>Повторение техники</b>	27 Май(Пн)	
99	Прыжок в высоту с 11–13 беговых шагов. Отталкивание. Переход планки. Метание мяча (150 г)	<b>Видеоролик</b>		29 Май(Ср)	

	на дальность с 5–6 шагов. ОРУ. Специальные беговые упражнения				
<b>100</b>	Прыжок в высоту с 11–13 беговых шагов. Отталкивание. Переход планки. Метание мяча (150 г) на дальность с 5–6 шагов. ОРУ. Специальные беговые упражнения		<b>Повторение техники</b>		29 Май(Ср)
<b>101</b>	Прыжок в высоту с 11–13 беговых шагов. Отталкивание. Переход планки. Метание мяча (150 г) на дальность с 5–6 шагов. ОРУ. Специальные беговые упражнения				31 Май(Пт)
<b>102</b>	Прыжок в высоту с 11–13 беговых шагов. Отталкивание. Переход планки. Метание мяча (150 г) на дальность с 5–6 шагов. ОРУ. Специальные беговые упражнения	<b>Видеоролик</b>			31 Май(Пт)



## Лист корректировки уроков физической культуры 8 класс

№ урока	Тема урока	Причина корректировки	Способ корректировки

Согласовано с заместителем директора по УВР