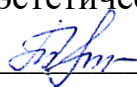


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Алтайского края
МКУ «Управление образования Администрации города Бийска»
МБОУ "СОШ № 6 им. Н.П. Красильникова"

РАССМОТРЕНО

Протокол заседания
ШМК учителей
культурно-
эстетического цикла



Т.М. Гусельникова
Протокол №1 от «27»
августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания
Педагогического
Совета



В.Ф. Лосева
Протокол № 1 от «28»
августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

О.П. Казанцева
Приказ № 185 от «28»
августа 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
(ID 4351086)
учебный предмет «Физическая культура»

для учащихся 8 классов

Бийск, 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

При создании программ по постепенному рассмотрению современные российские общества развиваются в физически строгом и дееном способе подрастающего поколения, способном активно включаться в различные формы здорового образа жизни, культурной жизни, используя ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации.

В своей программе социально-ценностной ориентации по физической культуре поставлена задача обеспечить подготовку обучающихся к предстоящей жизнедеятельности, повысить здоровье, повысить их адаптивность и адаптировать возможности систем организма, обеспечить поддержание важных физических качеств.

Программа по физической культуре обеспечивает преемственность с федеральными программами начального и среднего общего образования.

Основной целью программы по постепенному развитию является поддержка разносторонне физически развитой личности, возможность активного использования культурных ценностей физической культуры для развития и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В программе по физической активности активная цель конкретизируется и связывается с методами устойчивых мотивов и призывает обучающихся бережно относиться к своему здоровью, целостному развитию физических, лечебных и моральных методов, творчески использовать методы физической культуры в здоровом образе жизни, регулярных занятиях двигательной активностью и спортом. . .

Развивающаяся направленная программа по физической культуре. Определен вектор развития физических и функциональных возможностей организма, обеспечивающий его здоровье, надежность и эффективность адаптированных процессов. Существенным достижением данного направления является приобретение знаний и умений в самостоятельных формах занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможностей познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

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

В практическом результате данные результаты включают в себя поддержку навыков и умений в общении и методах со сверстниками и учителями физической культуры, организации учебной и консультативной деятельности.

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

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

Инвариантные модули включают в себя содержание базовых видов спорта: гимнастика, легкая атлетика, зимние виды спорта (на примере лыжной подготовки), спортивные игры, плавание. В связи с отсутствием поблизости бассейна, уроки плавания в нашей школе не проводятся. Часы Модуля «Плавание» переданы для проведения других базовых видов спорта. Инвариантные модули в его содержании ориентированы на всестороннюю физическую подготовку обучающихся, освоение технических веществ и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

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

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

В содержании программы по физическому, представленной по годам обучения, для каждого класса предусмотрен раздел «Универсальные технологические действия», в котором раскрывается вклад предмета в механизмы познавательных культурных, коммуникативных и регулятивных действий, соответствующие возможностям и особенностям обучающихся данного возраста. Личностные достижения напрямую повлияли на развитие науки и детали в меньшей степени открыли его предмет.

Общее число часов, предпочтительных для изучения физической культуры в 8 классе – 68 часов.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

8 КЛАСС

Знания о физической культуре.

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

Способы самостоятельной деятельности.

Коррекция осанки и разработка индивидуальных планов занятий корригирующей гимнастикой. Коррекция избыточной массы тела и разработка индивидуальных плановых занятий корригирующей гимнастикой.

Составление планов-конспектов для самостоятельных занятий спортивной подготовкой. Способности учёта специфичны при составлении планов самостоятельных рабочих занятий.

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

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

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль «Гимнастика».

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

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

Модуль «Лёгкая атлетика».

Кроссовый бег, прыжок в высоту с разбега методом «прогивания».

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

Модуль «Зимние виды спорта».

Передвижение на лыжах одновременным бесшажным ходом, переход с попеременного двухшажного хода на одновременный бесшажный ход, перешагиванием, перелазанием, торможение боковым скольжением припуске на лыжах с пологого склона, переход с попеременного двухшажного хода на одновременный бесшажный ход и обратно, ранее разработанные упражнения на лыжных сооружениях в передвижениях на на лыжах, при спусках, подъёмах, торможении.

Модуль «Плавание».

Начинайте прыжки с тумбочки при плавании кролем на груди, старт из воды толчком из бассейна бассейна при плавании кролем на спине. Повороты при плавании кролем на груди и на спине. Проплывание учебных дистанций кролем на груди и на спине.

Модуль «Спортивные игры».

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

Волейбол. Прямой нападающий удар, индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места, тактические действия в защите и нападении. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приемов.

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

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

Модуль «Спорт».

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

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

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне базового общего образования у обучающегося формируются следующие **личностные результаты**: готовность обеспечить интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;

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

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

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

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

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

обеспечить организацию и проведение занятий физической культурой и спортом на основе научных представлений о существовании физического развития и физической подготовленности с учетом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;

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

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

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

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

соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристических походов, переносным действиям и походам, приносящим вред окружающей среде;

освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности;

повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планирование их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и желаний;

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

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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

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

проводятся сравнения соревновательных упражнений олимпийских игр древности и современных олимпийских игр, выявляются их общность и своеобразие;
осмысливать Олимпийскую хартию как основополагающий документ современного олимпийского движения, приводящий пример ее гуманистической направленности;
анализировать влияние физической культуры и спорта на воспитание, сохраняя сохранение личности, сохраняя возможность сохранения вредных привычек;
характеризовать туристические походы как форму активного отдыха, выражать их целевое предназначение в сохранении и укреплении здоровья, руководить требованиями техники безопасности во время передвижения по маршруту и организации бивуака;
сохраняется причинно-следственная связь между планированием режима и изменениями работоспособности;
сохранять связь отрицательного нарушения прав человека осанки на состояние здоровья и выявлять причины существования, изучать индивидуальную форму и составлять комплексы упражнений по смягчению и коррекции выявляемых состояний;
сохраняется причинно-следственная связь между уровнем развития физического состояния, состоянием здоровья и функциональными функциями основных систем организма;
наличие причинно-следственной связи между применением высокого качества физического воздействия и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;
Сохраняйте причинно-следственную связь между подготовкой мест на открытых площадках и соблюдайте правила травматизма.

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

выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников о образцах техники выполнения обучаемых упражнений, правил планирования самостоятельных физических занятий и технической подготовки;
проводить наблюдения за использованием веществ в планах, сравнивать их данные с возрастно-половыми рекомендациями, составлять измерения на основе определенных правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и наблюдать внешние утомления;
описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, популярные фазы и элементы движений, подбирать сложные упражнения;
и планировать последовательность решений задач обучения, оценивать эффективность обучения методом сравнения с эталонным образцом;
наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими обучающимися, сравнивать ее с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их ограничения;
изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать возникновение ошибок, анализировать возможные причины их проявления, анализировать способы их ограничения.

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

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

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

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

разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно общаться с игроком в таких действиях в защите и нападении, терпимо относиться к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;

организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, применять методы и приемы помощи в зависимости от характера и последствий полученной травмы.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К окончанию обучения *в 8 классе* обучающийся учится:

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

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

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

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

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

Выполнение последовательностей на параллельных брусьях с включением упражнений на упор на руки, кувырка вперед и соскока, наблюдение за их выполнением другими обучающимися должно быть сопоставлено с заданным образцом, анализировать ошибки и объяснять их поведение, находить способы ограничения (юноши);

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

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

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

соблюдать правила безопасности в бассейне при выполнении плавательных упражнений;

выполнять прыжки в воду со стартовой тумбочки;

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

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

применить и использовать технические действия других игр:

баскетбол (передача мяча одной рукой легко и с плеча, бросок в корзину двумя руками и одной рукой в прыжке, тактические действия в защите и нападении, использование разученных технических и тактических движений в условиях игровой деятельности);

волейбол (прямой нападающий удар и индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места, тактические действия в защите и нападении, использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (удары по неподвижному, катящемуся и летящему мячу с разбега внутренней и внешней части подъёма стопы, тактические действия игроков в нападении и защите, использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности).

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 8 КЛАСС

№ п/п	Название разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	3			https://resh.edu.ru/
	Итого по разделу	3			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Способы самостоятельной деятельности	2			https://resh.edu.ru/
	Итого по разделу	2			
Физическое совершенствование.					
1. Физкультурно-оздоровительная деятельность					
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	2		3	https://resh.edu.ru/
	Итого по разделу	2		3	
Физическое совершенствование.					
2. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")	9		10	https://resh.edu.ru/
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	11		11	https://resh.edu.ru/
2.3	Зимние виды спорта (модуль «Зимние виды спорта»)	12		10	https://resh.edu.ru/
2.4	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	9		8	https://resh.edu.ru/
2.5	Спортивные игры. Волейбол (модуль	9		8	https://resh.edu.ru/

	"Спортивные игры")				//resh.edu.ru/
2.6	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	7		8	https://resh.edu.ru/
2.7	Модуль «Спорт»	4		3	https://resh.edu.ru/
	Итого по разделу	61		58	
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68		61	

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
8 КЛАСС**

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронны е цифровые образовател ьные ресурсы
		Всего	Контрол ьные работы	Практические работы		
1	2	3	4	5	6	7
Знания о физической культуре(1ч)						
1 (1)	Физическая культура в современном обществе	1				https://resh.edu.ru/
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ. Спортивно-оздоровительная деятельность. Лёгкая атлетика(6ч)						
2 (1)	Бег на короткие и средние дистанции.	1		1		https://resh.edu.ru/
3 (2)	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: бег на 30 м и 60 м.	1		1		https://resh.edu.ru/
4 (3)	Бег на длинные дистанции	1		1		https://resh.edu.ru/
5 (4)	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: бег на 1500 м или 2000 м	1		1		https://resh.edu.ru/
6 (5)	Прыжки в длину с разбега	1		1		https://resh.edu.ru/
7 (6)	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1		1		https://resh.edu.ru/
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ. Спортивно-оздоровительная деятельность. Модуль «Спорт». (1ч)						
8 (1)	Правила выполнения спортивных нормативов 4-5 ступени. Правила ТБ	1		1		https://resh.edu.ru/
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ.						

Спортивно-оздоровительная деятельность.						
Спортивные игры. Футбол(4ч)						
9 (1)	Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы	1		1		https://resh.edu.ru/
10 (2)	Остановка мяча внутренней стороной стопы	1		1		https://resh.edu.ru/
11 (3)	Правила игры в мини-футбол	1		1		https://resh.edu.ru/
12 (4)	Правила игры в мини-футбол	1		1		https://resh.edu.ru/
Знания о физической культуре(1ч)						
13 (2)	Всестороннее и гармоничное физическое развитие	1				https://resh.edu.ru/
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ.						
Спортивно-оздоровительная деятельность.						
Модуль «Спорт». (3ч)						
14 (2)	Фестиваль «Мы сдадим ГТО» (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 4-5 ступени)	1		1		https://resh.edu.ru/
15 (3)	Фестиваль «Мы сдадим ГТО» (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 4-5 ступени)	1		1		https://resh.edu.ru/
16 (4)	Фестиваль «Мы сдадим ГТО» (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 4-5 ступени)	1		1		https://resh.edu.ru/
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ.						
Физкультурно-оздоровительная деятельность(2ч)						
17 (1)	Упражнения для профилактики утомления	1				https://resh.edu.ru/
18 (2)	Дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз	1				https://resh.edu.ru/
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ.						
Спортивно-оздоровительная деятельность						

Спортивные игры. Баскетбол(8ч)						
19 (1)	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1		1		https://resh.edu.ru/
20 (2)	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1		1		https://resh.edu.ru/
21 (3)	Передача мяча одной рукой снизу	1		1		https://resh.edu.ru/
22 (4)	Передача мяча одной рукой снизу	1		1		https://resh.edu.ru/
23 (5)	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке	1		1		https://resh.edu.ru/
24 (6)	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке	1		1		https://resh.edu.ru/
25 (7)	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке	1		1		https://resh.edu.ru/
26 (8)	Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке	1		1		https://resh.edu.ru/
27 (9)	Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке	1		1		https://resh.edu.ru/
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ. Спортивно-оздоровительная деятельность Гимнастика(10)						
28 (1)	Акробатические определения	1		1		https://resh.edu.ru/
29 (2)	Акробатические определения	1		1		https://resh.edu.ru/
30 (3)	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1		1		https://resh.edu.ru/
31 (4)	Правила и техника выполнения норм комплекса ГТО: подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см; подъем туловища из положения лежа на спине	1		1		https://resh.edu.ru/

32 (5)	Гимнастическая комбинация на перекладине	1		1		https://resh.edu.ru/
33 (6)	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: подтягивание из виса на высокое перекладине – мальчики; наклон вперед из положения стоя на гимнастическом скамье	1		1		https://resh.edu.ru/
34 (7)	Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	1		1		https://resh.edu.ru/
35 (8)	Вольные упражнения на базе ритмической гимнастики	1		1		https://resh.edu.ru/
36 (9)	Вольные упражнения на базе ритмической гимнастики	1		1		https://resh.edu.ru/
Знания о физической культуре(1ч)						
37 (3)	Адаптивная и лечебная физическая культура	1		1		https://resh.edu.ru/
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ. Спортивно-оздоровительная деятельность Зимние виды спорта (12ч)						
38 (1)	Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом	1		1		https://resh.edu.ru/
39 (2)	Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом	1		1		https://resh.edu.ru/
40 (3)	Техника передвижения на лыжах попеременным бесшажным ходом	1		1		https://resh.edu.ru/
41 (4)	Техника передвижения на лыжах попеременным бесшажным ходом	1		1		https://resh.edu.ru/
42 (5)	Торможение боковым скольжением	1		1		https://resh.edu.ru/
43 (6)	Способы преодоления естественных препятствий на лыжах	1		1		https://resh.edu.ru/
44	Техника преодоления препятствий перешагиванием,	1		1		https://resh.edu.ru/

(7)	перелезанием					//resh.edu.ru/
45 (8)	Переход с одного лыжного хода на другой	1		1		https://resh.edu.ru/
46 (9)	Преодоление учебной дистанции с переходом с одного лыжного хода на другой	1		1		https://resh.edu.ru/
47 (10)	Преодоление учебной дистанции с переходом с одного лыжного хода на другой	1		1		https://resh.edu.ru/
48 (11)	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: бег на лыжах 2 км или 3 км	1		1		https://resh.edu.ru/
49 (12)	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: бег на лыжах 2 км или 3 км	1		1		https://resh.edu.ru/
Способы самостоятельной деятельности(1ч)						
50 (1)	Правила проведения самостоятельных занятий при коррекции осанки и телосложения	1		1		https://resh.edu.ru/
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ. Спортивно-оздоровительная деятельность Спортивные игры. Волейбол (10ч)						
51 (1)	Прямой нападающий удар	1		1		https://resh.edu.ru/
52 (2)	Прямой нападающий удар	1		1		https://resh.edu.ru/
53 (3)	Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	1		1		https://resh.edu.ru/
54 (4)	Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	1		1		https://resh.edu.ru/
55 (5)	Тактические действия в защите	1		1		https://resh.edu.ru/
56 (6)	Тактические действия в нападении	1		1		https://resh.edu.ru/
57 (7)	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1		1		https://resh.edu.ru/
58 (8)	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1		1		https://resh.edu.ru/

59 (9)	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1		1		https://resh.edu.ru/
Способы самостоятельной деятельности(2ч)						
60 (2)	Составление планов для самостоятельных занятий с учетом индивидуальных особенностей	1				https://resh.edu.ru/
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ. Спортивно-оздоровительная деятельность. Лёгкая атлетика(5ч)						
61 (7)	Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись»	1		1		https://resh.edu.ru/
62 (8)	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: челночный бег 3x10 м	1		1		https://resh.edu.ru/
63 (9)	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: метание мяча весом 150 г	1		1		https://resh.edu.ru/
64 (10)	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: кросс на 3 км	1		1		https://resh.edu.ru/
65 (11)	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: кросс на 3 км	1		1		https://resh.edu.ru/
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ. Спортивно-оздоровительная деятельность. Спортивные игры. Футбол(3)						
66 (5)	Игровая деятельность по правилам классического футбола	1		1		https://resh.edu.ru/
67 (6)	Игровая деятельность по правилам классического футбола	1		1		https://resh.edu.ru/
68 (7)	Игровая деятельность по правилам классического футбола	1		1		https://resh.edu.ru/

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
ПРОЦЕССА
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

Физическая культура: 8 - 9 классы: учебник / Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура: 8 - 9 классы: учебник / Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

ИНТЕРНЕТ

<https://resh.edu.ru/>