

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Смоленской области
Муниципального образования "Рославльский район"
Смоленской области
МБОУ "Средняя школа № 1"

ПРИНЯТО

на заседании педагогического
совета школы
Протокол от 29.08.2024 № 1

УТВЕРЖДЕНО

приказом по МБОУ
«Средняя школа №1»
от 30.08.2024 № 260

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

(ID 4879869)

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 8 АБ классов

основного общего образования

на 2024-2025 учебный год

Составитель: Мищенко Жанна Владимировна,
учитель физической культуры

Рославль 2024

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

8 КЛАСС

№ п/п	Наименование 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			
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Способы самостоятельной деятельности	5			
Итого по разделу		5			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность					
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	3			
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")	8			
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	12			
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")	15			
2.5	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	10			
2.6	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	10			

2.7	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	6			
2.8	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")	30			
Итого по разделу		91			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	1		

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 8 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения		Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	8А класс	8Б класс	
1	Физическая культура в современном обществе			02.09.2024	03.09.2024	
2	Всестороннее и гармоничное физическое развитие			04.09.2024	05.09.2024	
3	Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО			06.09.2024	06.09.2024	
4	Бег на короткие дистанции			09.09.2024	10.09.2024	
5	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м			11.09.2024	12.09.2024	
6	Бег на средние дистанции			13.09.2024	13.09.2024	
7	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м или 2000м			16.09.2024	17.09.2024	
8	Бег на длинные дистанции			18.09.2024	19.09.2024	https://user.gto.ru/
9	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км			20.09.2024	20.09.2024	
10	Прыжки в длину с разбега			23.09.2024	24.09.2024	https://user.gto.ru/
11	Прыжки в длину с разбега			25.09.2024	26.09.2024	
12	Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись»			27.09.2024	27.09.2024	
13	Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись»			30.09.2024	01.10.2024	https://user.gto.ru/

14	Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО			02.10.2024	03.10.2024	
15	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами			04.10.2024	04.10.2024	
16	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г			07.10.2024	08.10.2024	https://user.gto.ru/
17	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4-5 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах			09.10.2024	10.10.2024	https://user.gto.ru/
18	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м			11.10.2024	11.10.2024	https://user.gto.ru/
19	Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО			14.10.2024	15.10.2024	
20	Коррекция нарушения осанки			16.10.2024	17.10.2024	
21	Коррекция избыточной массы тела			18.10.2024	18.10.2024	
22	Правила проведения самостоятельных занятий при коррекции осанки и телосложения			21.10.2024	22.10.2024	
23	Составление планов для самостоятельных занятий			23.10.2024	24.10.2024	
24	Способы учёта индивидуальных особенностей			25.10.2024	25.10.2024	
25	Профилактика умственного перенапряжения			06.11.2024	05.11.2024	
26	Упражнения для профилактики утомления			08.11.2024	07.11.2024	
27	Дыхательная и зрительная гимнастика			11.11.2024	08.11.2024	
28	Акробатические комбинации			13.11.2024	12.11.2024	
29	Акробатические комбинации			15.11.2024	14.11.2024	
30	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне			18.11.2024	15.11.2024	
31	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне			20.11.2024	19.11.2024	
32	Гимнастическая комбинация на перекладине			22.11.2024	21.11.2024	
33	Гимнастическая комбинация на перекладине			25.11.2024	22.11.2024	https://user.gto.ru/
34	Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях			27.11.2024	26.11.2024	
35	Вольные упражнения на базе ритмической гимнастики			29.11.2024	28.11.2024	
36	Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО			02.12.2024	29.11.2024	
37	Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО			04.12.2024	03.12.2024	

38	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу			06.12.2024	05.12.2024	
39	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см			09.12.2024	06.12.2024	
40	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье			11.12.2024	10.12.2024	
41	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине			13.12.2024	12.12.2024	
42	Адаптивная и лечебная физическая культура			16.12.2024	13.12.2024	
43	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье			18.12.2024	17.12.2024	
44	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине			20.12.2024	19.12.2024	
45	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу			23.12.2024	20.12.2024	
46	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см			25.12.2024	24.12.2024	
47	Инструктаж по технике безопасности на уроках лыжной подготовки			27.12.2024	26.12.202	
48	Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом			10.01.2025	27.12.2024	
49	Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом			13.01.2025	09.01.2025	
50	Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом			15.01.2025	10.01.2025	
51	Способы преодоления естественных препятствий на лыжах			17.01.2025	14.01.2025	
52	Способы преодоления естественных препятствий на лыжах			20.01.2025	16.01.2025	
53	Способы преодоления естественных препятствий на лыжах			22.01.2025	17.01.2025	
54	Торможение боковым скольжением			24.01.2025	21.01.2025	
55	Торможение боковым скольжением			27.01.2025	23.01.2025	
56	Торможение боковым скольжением			29.01.2025	24.01.2025	
57	Переход с одного лыжного хода на другой			31.01.2025	28.01.2025	
58	Переход с одного лыжного хода на другой			03.02.2025	30.01.2025	https://user.gto.ru/
59	Переход с одного лыжного хода на другой			05.02.2025	31.01.2025	https://user.gto.ru/

60	Лыжная подготовка в передвижениях на лыжах, при спусках, подъёмах, торможении			07.02.2025	04.02.2025	
61	Лыжная подготовка в передвижениях на лыжах, при спусках, подъёмах, торможении			10.02.2025	06.02.2025	https://user.gto.ru/
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 2 км или 3 км			12.02.2025	07.02.2025	https://resh.edu.ru/
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 2 км или 3 км			14.02.2025	11.02.2025	https://resh.edu.ru/
64	Повороты с мячом на месте			17.02.2025	13.02.2025	https://user.gto.ru/
65	Повороты с мячом на месте			19.02.2025	14.02.2025	https://user.gto.ru/
66	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу			21.02.2025	18.02.2025	
67	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу			24.02.2025	20.02.2025	
68	Передача мяча одной рукой снизу			26.02.2025	21.02.2025	
69	Передача мяча одной рукой снизу			28.02.2025	25.02.2025	
70	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке			03.03.2025	27.02.2025	
71	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке			05.03.2025	28.02.2025	
72	Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке			07.03.2025	04.03.2025	
73	Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке			10.03.2025	06.03.2025	
74	Прямой нападающий удар			12.03.2025	07.03.2025	
75	Прямой нападающий удар			14.03.202	11.03.2025	
76	Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места			17.03.2025	13.03.2025	
77	Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места			19.03.2025	14.03.2025	
78	Тактические действия в защите			21.03.2025	18.03.2025	
79	Тактические действия в защите			24.03.2025	20.03.2025	
80	Тактические действия в нападении			26.03.2025	21.03.2025	
81	Тактические действия в нападении			28.03.2025	25.03.2025	
82	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов			07.04.2025	27.03.2025	https://user.gto.ru/
83	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов			09.04.2025	28.03.2025	https://user.gto.ru/
84	Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы			11.04.2025	08.04.2025	https://user.gto.ru/

85	Остановка мяча внутренней стороной стопы			14.04.2025	10.04.2025	https://user.gto.ru/
86	Правила игры в мини-футбол			16.04.2025	11.04.2025	https://user.gto.ru/
87	Правила игры в мини-футбол			18.04.2025	15.04.2025	https://user.gto.ru/
88	Игровая деятельность по правилам классического футбола	1		21.04.2025	17.04.2025	https://user.gto.ru/
89	Игровая деятельность по правилам классического футбола	1		23.04.2025	18.04.2025	https://user.gto.ru/
90	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4-5 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1		25.04.2025	22.04.2025	https://user.gto.ru/
91	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м	1		28.04.2025	24.04.2025	https://user.gto.ru/
92	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м или 2000м	1		30.04.2025	25.04.2025	https://user.gto.ru/
93	Бег на длинные дистанции	1		05.05.2025	29.04.2025	https://user.gto.ru/
94	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км	1		07.05.2025	06.05.2025	https://user.gto.ru/
95	Промежуточная аттестация	1		12.05.2025	13.05.2025	https://user.gto.ru/
96	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	1		14.05.2025	15.05.2025	https://user.gto.ru/
97	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Стрельба (пневматика или электронное оружие)	1		16.05.2025	16.05.2025	https://user.gto.ru/
98	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Стрельба (пневматика или электронное оружие)	1	1	19.05.2025	14.05.2025	
99	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1		21.05.2025	20.05.2025	
100	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО:	1		23.05.2025	22.05.2025	https://user.gto.ru/
101	Фестиваль «Мы сдадим ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 4-5 ступени	1		26.05.2025	23.05.2025	https://user.gto.ru/
102	Фестиваль «Мы сдадим ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 4-5 ступени	1		26.05.2025	23.05.2025	https://user.gto.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	1			

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

М.Я. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова, В.А. Соколкина
Физическая культура 6-7 классы, Москва, «Прсвещение» 2019 г.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

М.Я. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова, В.А. Соколкина.
Физическая культура 6-7 классы, Москва, «Прсвещение» 2022 г.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ <https://user.gto.ru/>

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

Формы учета рабочей программы воспитания

Воспитательный потенциал учебного предмета физическая культура

на уровне основного общего образования реализуется на деятельностной основе через:

- максимальное использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета физическая культура для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей, российского исторического сознания на основе исторического просвещения; подбор соответствующего содержания уроков, заданий, вспомогательных материалов, проблемных ситуаций для обсуждений;
- включение в рабочую программу учебного предмета физическая культура целевых ориентиров результатов воспитания, их учёт в определении воспитательных задач уроков, занятий;
- выбор методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания, целевыми ориентирами результатов воспитания; реализацию приоритета воспитания в учебной деятельности;
- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках физической культурой, явлений и событий, инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личностного отношения к изучаемым событиям, явлениям, лицам;
- применение интерактивных форм учебной работы — интеллектуальных, стимулирующих познавательную мотивацию, игровых методик, дискуссий, дающих возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы, которая учит строить отношения и действовать в команде, способствует развитию критического мышления;
- побуждение обучающихся соблюдать нормы поведения, правила общения со сверстниками и педагогами, соответствующие укладу общеобразовательной организации, установление и поддержку доброжелательной атмосферы;
- инициирование и поддержку исследовательской деятельности обучающихся, планирование и выполнение индивидуальных и групповых проектов воспитательной направленности.

**Реализация воспитательного потенциала учебного предмета
«Физическая культура» через урочную систему обучения и воспитания**

8 класс

№ п/п	Тема раздела	Кол-во часов	Форма реализации воспитательного потенциала темы	Модуль рабочей программы воспитания «Урочная деятельность», «Основные школьные дела»	Сроки
1.	Знания о физической культуре	3	<p>Максимальное использование воспитательных возможностей содержания предмета «Физическая культура» для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей</p> <p>Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих практических ситуаций.</p> <p>Применение интерактивных форм учебной работы — интеллектуальных, стимулирующих познавательную мотивацию, игровых методик, дискуссий, дающих возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы, которая учит строить отношения и действовать в команде, способствует развитию критического мышления.</p> <p>Инициирование и поддержка исследовательской деятельности обучающихся, планирование и выполнение индивидуальных и групповых проектов воспитательной направленности</p>	<p>День солидарности в борьбе с терроризмом</p> <p>Международный день распространения грамотности</p> <p>Месячник безопасности</p> <p>- Инструктаж по ТБ и правилам безопасного поведения</p> <p>День здоровья</p>	Сентябрь Апрель
	Способы самостоятельной деятельности	5	<p>Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих практических ситуаций.</p> <p>Применение интерактивных форм учебной работы — интеллектуальных, стимулирующих познавательную мотивацию, игровых методик, дискуссий, дающих возможность приобрести</p>	<p>День солидарности в борьбе с терроризмом</p> <p>Международный день распространения грамотности</p>	Сентябрь-октябрь

			<p>опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы, которая учит строить отношения и действовать в команде, способствует развитию критического мышления.</p> <p>Инициирование и поддержку исследовательской деятельности обучающихся, планирование и выполнение индивидуальных и групповых проектов воспитательной направленности</p>	<p>Месячник безопасности</p> <p>- Инструктаж по ТБ и правилам безопасного поведения</p>	
3.	Физкультурно - оздоровительная деятельность	6	<p>Выбор методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания, целевыми ориентирами результатов воспитания; реализацию приоритета воспитания в учебной деятельности;</p> <p>Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках физической культуры, явлений и событий, инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личностного отношения к изучаемым событиям, явлениям, лицам</p>	<p>Тематические мероприятия посвященные День Героев Отечества</p> <p>День отца</p> <p>День матери</p>	Октябрь, ноябрь, декабрь
4.	Спортивно-оздоровительная деятельность	88	<p>Максимальное использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета физическая культура для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей, российского исторического сознания на основе исторического просвещения; подбор соответствующего содержания уроков, заданий, вспомогательных материалов, проблемных ситуаций для обсуждений;</p> <p>Включение в рабочую программу учебного предмета физическая культура целевых ориентиров результатов воспитания, их учёт в определении воспитательных задач уроков, занятий;</p> <p>Побуждение обучающихся соблюдать нормы поведения, правила общения со сверстниками и педагогами, соответствующие укладу общеобразовательной организации, установление и поддержку доброжелательной атмосферы;</p> <p>Выбор методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом,</p>	<p>Общешкольный фестиваль науки,</p> <p>Месячник военно-патриотической и оборонно-спортивной работы</p> <p>Декада школьного музея</p> <p>-Стеринская неделя</p> <p>«Его имя носит твоя школа»</p> <p>День Героев Отечества</p> <p>День прав человека</p> <p>День полного освобождения</p>	Сентябрь -май

			<p>целью и задачами воспитания, целевыми ориентирами результатов воспитания; реализацию приоритета воспитания в учебной деятельности;</p>	<p>Ленинграда от фашистской блокады День защитника отечества, Всемирный день здоровья Цикл мероприятий приуроченных к Победе в Великой Отечественной войне День защиты детей День детских общественных организаций России</p>	
--	--	--	---	---	--