

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора по УВР Гукова М.А.

---

«30» августа 2024 года

МКОУ «Верхне-Грунская средняя общеобразовательная школа»

---

(наименование образовательного учреждения)

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

по «Физической культуре»

*Класс 8*

**Учитель:** Власова Д.А.

**Количество часов:** всего 67 часов;

**в неделю 2 часа.**

**Планирование составлено на основе федеральной рабочей программы основного общего образования «Физическая культура» (базовый уровень) (для 5-9 классов).2023год**

**Календарно-тематическое планирование в 8 классе с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.**

№ п/ п	Темаурока	Количествочасов			Дата		Примечания
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	План	Факт	
1	Физическая культура в современном обществе	1			4.09		
2	Всестороннее и гармоничное физическое развитие	1			5.09		
3	Адаптивная и лечебная физическая культура	1			11.09		
4	Коррекциянарушения осанки	1			12.09		
5	Коррекцияизбыточной массы тела	1			18.09		
6	Правила проведения самостоятельных занятий при коррекции осанки и телосложения	1			19.09		
7	Составление планов для самостоятельных занятий	1			25.09		
8	Способы учёта индивидуальных особенностей	1			26.09		

9	Профилактика мускульного перенапряжения	1			2.10		
10	Упражнения для профилактики утомления	1			3.10		
11	Акробатические комбинации	1			9.10		
12	Гимнастическая комбинация на перекладине	1			10.10		
13	Бег на короткие дистанции	1			16.10		
14	Бег на средние дистанции	1			17.10		
15	Бег на длинные дистанции	1			23.10		
16	Бег на длинные дистанции	1			24.10		
17	Прыжки в длину с разбега	1			6.11		
18	Прыжки в длину с разбега	1			7.11		
19	Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись»	1			13.11		
20	Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись»	1			14.11		
21	Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО	1			20.11		
22	Правила проведения соревнований	1			21.11		

	по сдаче норм комплекса ГТО						
23	Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1			27.11		
24	Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1			28.11		
25	Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом	1			4.12		
26	Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом	1			5.12		
27	Способы преодоления естественных препятствий на лыжах	1			11.12		
28	Способы преодоления естественных препятствий на лыжах	1			12.12		
29	Торможение боковым скольжением	1			18.12		
30	Торможение боковым скольжением	1			19.12		

31	Переход с одного лыжного хода на другой	1			25.12		
32	Переход с одного лыжного хода на другой	1			26.12		
33	Лыжная подготовка в передвижениях на лыжах, при спусках, подъёмах, торможении	1			9.01		
34	Повороты с мячом на месте	1			15.01		
35	Повороты с мячом на месте	1			16.01		
36	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1			22.01		
37	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1			23.01		
38	Передача мяча одной рукой снизу	1			29.01		
39	Передача мяча одной рукой снизу	1			30.01		
40	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке	1			5.02		
41	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке	1			6.02		
42	Бросок мяча в	1			12.02		

	корзину одной рукой в прыжке						
43	Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке	1			13.02		
44	Прямой напада ющий удар	1			19.02		
45	Прямой напада ющий удар	1			20.02		
46	Индивидуальн ое блокирование мяча в прыжке с места	1			26.02		
47	Индивидуальн ое блокирование мяча в прыжке с места	1			27.02		
48	Тактические де йствия в защите	1			5.03		
49	Тактические де йствия в защите	1			6.03		
50	Тактические де йствия в нападении	1			12.03		
51	Тактические де йствия в нападении	1			13.03		
52	Игровая деятельность с использование м разученных технических приёмов	1			19.03		
53	История ВФСК	1			20.03		

	ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4-5 ступени. Правила ТБ. Перваяпомощь при травмах						
54	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4-5 ступени. Правила ТБ. Перваяпомощь при травмах	1			2.04		
55	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м	1			3.04		
56	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м или 2000м	1			9.04		
57	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км	1			10.04		
58	Правила и техника	1			16.04		

	выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 2 км или 3 км						
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на по- лу	1			17.04		
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1			23.04		
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастическо- й скамье	1			24.04		
62	Правила и	1			30.04		



	техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами						
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1			7.05		
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	1			14.05		
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1			15.05		
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1			21.05		
67	Фестиваль «Мы сдадим ГТО». (сдача	1			22.05		

	норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 4-5 ступени						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		67	0	0			