Приложение
к основной образовательной
программе основного общего образования

Рабочая программа
по физическая культура
8 класс

Составитель: учитель физической культуры
МАОУ «Порецкая СОШ»
Огонькина Ольга Анатольевна

Тематическое планирование
по предмету «Физическая культура»
8 класс 102 часа (3 часа в неделю)

№ п\п	Тема урока	Количество часов
1	Инструктаж ТБ по л/а ИОТ- 17-06 Сринтерский бег. Низкий старт	1
2	Спринтерский бег. Низкий старт.	1
3	Спринтерский бег. Низкий старт.	1
4	Спринтерский бег. Низкий старт.	1
5	Эстафетный бег.	1
6	Эстафетный бег.	1
7	Развитие выносливости. С/и	1
8	Развитие выносливости. С/и	1
9	Прыжок в длину согнув ноги, метание мяча	1
10	Прыжок в длину согнув ноги, метание мяча	1
11	Прыжок в длину согнув ноги, метание мяча	1
12	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий	1
13	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий	1
14	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий	1
15	Бег по пересеченной местности	1
16	Бег по пересеченной местности	1
17	Т/БИ ОТ22-06. Сочетание приемов в баскетболе. Развитие координации	1
18	Сочетание приемов в баскетболе. Развитие координации. Учебная игра.	1
19	Сочетание приемов в баскетболе. Личная защита. Учебная игра.	1
20	Сочетание приемов в баскетболе. Личная защита. Учебная игра.	1
21	Элементы баскетбола. Передача мяча разными способами. Учебная игра	1
22	Элементы баскетбола. Передача мяча разными способами. Учебная игра	1
23	Элементы баскетбола. Передача мяча разными способами. Учебная игра	1
24	Элементы баскетбола. Игровые задании 2*2, 3*3.Учебная игра.	1
25	Элементы баскетбола. Игровые задании 2*2, 3*3.Учебная игра	1
26	Элементы баскетбола. Игровые задании 2*2, 3*3.Учебная игра	1
27	Элементы баскетбола. Игровые задании 2*2, 3*3.Учебная игра	1
28	Элементы баскетбола. Штрафной бросок. Позиционное нападение. У/И	1
29	Элементы баскетбола. Штрафной бросок. Позиционное нападение. У/И	1
30	Висы.Строевые упражнения. ИОТ 16-06	1
31	Висы.Строевые упражнения	1
32	Висы.Строевые упражнения	1
33	Висы.Строевые упражнения	1
34	Висы.Строевые упражнения	1
35	Висы.Строевые упражнения	1
36	Упражнения на гимнастических снарядах.Акробатика	1

37	Упражнения на гимнастических снарядах.Акробатика	1
38	Упражнения на гимнастических снарядах.Акробатика	1
39	Упражнения на гимнастических снарядах.Акробатика	1
40	Прикладные упражнения.Акробатические комбинации	1
41	Прикладные упражнения.Акробатические комбинации	1
42	Прикладные упражнения.Акробатические комбинации	1
43	Прикладные упражнения.Акробатические комбинации	1
44	Т/С. Т/ б.ИОТ18-06	1
45	ОДШХ. Д2 км	1
46	Подъем «Елочкой», ООШХ,п/и	1
47	Подъем «Елочкой», ООШХ,п/и	1
48	Подъем «Елочкой», ООШХ,п/и	1
49	Подвижные игры на воздухе.	1
50	Торможение плугом,. ОБШХ. Д 3км.	1
51	Торможение и поворот плугом,. ОБШХ. Д 3км.	1
52	Ранее изученные ходы. Д 3,5 км.ОБШХ.	1
53	Преодоление бугров и впадин. Д 4 км.	1
54	Эстафета с передачей л/палок..	1
55	ОБШХ, Д 1 км -У	1
56	Подвижные игры.	1
57	Поворот упором, преод. бугров и впадин. Д3км	1
58	Поворот упором, преод. бугров и впадин. Д3км	1
59	Д 2 км-У, подвижная игра «Ворота».	1
60	Гонка с выбыванием. Д 2км.	1
61	Д 3 км-У, подвижные игры на лыжах	1
62	Т/С, Д 4 к м	1
63	Стойки и перемещения передача над собой. ИОТ 22-06	1
64	Передача над собой, в парах. НПП.	1
65	Перемещения и передачи во встречных колоннах. НПП.	1
66	НПП. Передача в парах ч/з сетку Учебная игра.	1
67	Верхняя передача в парах через сетку. НПП Эстафеты. У/И	1
68	НПП, нападающий удар, у/и	1
69	Передача в тройках. Прием 2-мя снизу. Нападающий удар. У/И	1
70	Прием 2 снизу после НПП.подачи. Нападающий удар.У/и	1
71	Передачи в тройках. Прием, передачи, нападающий удар. НПП, У/И	1
72	Ранее изученные элементы .У/И. эстафеты	1
73	Эстафеты, конкурсы с использованием мячей.У/И	1
74	Учебная игра. В волейбол.	1
75	Т/Б Сочетание приемов в баскетболе. Развитие координации	1
76	Сочетание приемов в баскетболе. Развитие координации. Учебная игра.	1
77	Сочетание приемов в баскетболе. Личная защита. Учебная игра.	1
78	Сочетание приемов в баскетболе. Личная защита. Учебная игра.	1
79	Элементы баскетбола. Передача мяча разными способами. Учебная игра	1

80	Элементы баскетбола. Передача мяча разными способами. Учебная игра	1
81	Элементы баскетбола. Передача мяча разными способами. Учебная игра	1
82	Элементы баскетбола. Игровые задании 2*2, 3*3.Учебная игра	1
83	Элементы баскетбола. Игровые задании 2*2, 3*3.Учебная игра	1
84	Элементы баскетбола. Игровые задании 2*2, 3*3.Учебная игра	1
85	Элементы баскетбола. Штрафной бросок. Позиционное нападение. У/И	1
86	Элементы баскетбола. Штрафной бросок. Позиционное нападение. У/И	1
87	Элементы баскетбола. Быстрый прорыв. Учебная игра.	1
88	Элементы баскетбола. Быстрый прорыв. Учебная игра.	1
89	Элементы баскетбола. Быстрый прорыв. Взаимодействие двух игроков. У/И	1
90	Элементы баскетбола. Взаимодействие игроков в защите и нападение через заслон. Уи	1
91	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий	1
92	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий	1
93	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий	1
94	Бег по пересеченной местности	1
95	Спринтерский бег, эстафетный бег	1
96	Спринтерский бег, эстафетный бег	1
97	Спринтерский бег, эстафетный бег	1
98	Спринтерский бег, эстафетный бег	1
99	Прыжок в высоту, метание малого мяча	1
10	Прыжок в высоту, метание малого мяча	1
101	Прыжок в высоту, метание малого мяча	1
102	Прыжок в высоту, метание малого мяча	1