

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КАЛИНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
ГУРЬЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА
МБОУ «Классическая школа» г. Гурьевска

РАССМОТРЕНО

на заседании Педагогического совета

Протокол № 2 от «30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

_____ Чельцова О.Ю.

Приказ № 167 от «30» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 1371446)

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 8-ых классов

Гурьевск 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

При создании программы по физической культуре учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации.

В своей социально-ценностной ориентации программа по физической культуре рассматривается как средство подготовки обучающихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств. Программа по физической культуре обеспечивает преемственность с федеральными рабочими программами начального общего и среднего общего образования.

Основной целью программы по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В программе по физической культуре данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Развивающая направленность программы по физической культуре определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение обучающимися знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможности 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 мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию.

В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.

Общее число часов для изучения физической культуры на уровне основного общего образования для 8-ых классов – 102 часа, 3 часа в неделю.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

8 КЛАСС

Знания о физической культуре.

Физическая культура в современном обществе: характеристика основных направлений и форм организации. Адаптивная физическая культура, её история и социальная значимость.

Способы самостоятельной деятельности.

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

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Профилактика перенапряжения систем организма средствами оздоровительной физической культуры.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль «Гимнастика».

Акробатическая комбинация из ранее освоенных упражнений силовой направленности, с увеличивающимся числом технических элементов в стойках, упорах, кувырках, прыжках (юноши).

Гимнастическая комбинация Вольные упражнения на базе ранее разученных акробатических упражнений и упражнений ритмической гимнастики.

Модуль «Лёгкая атлетика».

Кроссовый бег, прыжок в длину с места.

Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО. Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований

комплекса ГТО в беговых (бег на короткие и средние дистанции) и технических (прыжки и метание спортивного снаряда) дисциплинах лёгкой атлетики.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Повороты туловища в правую и левую стороны с удержанием мяча двумя руками, передача мяча одной рукой от плеча и снизу, бросок мяча двумя и одной рукой в прыжке. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

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 приёмов.

Футбол. Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы, остановка мяча внутренней стороной стопы. Правила игры в мини-футбол, технические и тактические действия. Игровая деятельность по правилам мини-футбола с использованием ранее разученных технических приёмов (девушки). Игровая деятельность по правилам классического футбола с использованием ранее разученных технических приёмов (юноши).

Совершенствование техники ранее разученных гимнастических и акробатических упражнений, упражнений лёгкой атлетики и зимних видов спорта, технических действий спортивных игр.

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

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне основного общего образования у обучающегося будут сформированы следующие **личностные результаты**:

- готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;
- готовность отстаивать символы Российской Федерации во время спортивных соревнований, уважать традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения;
- готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и

- проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;
- готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;
 - готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;
 - стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;
 - готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;
 - осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;
 - осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;
 - способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;
 - готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;
 - готовность соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, 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, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;

- формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне основного общего образования у обучающегося будут сформированы универсальные познавательные учебные действия, универсальные коммуникативные учебные действия, универсальные регулятивные учебные действия.

У обучающегося будут сформированы следующие **универсальные познавательные учебные действия:**

- проводить сравнение соревновательных упражнений Олимпийских игр древности и современных Олимпийских игр, выявлять их общность и различия;
- осмысливать Олимпийскую хартию как основополагающий документ современного олимпийского движения, приводить примеры её гуманистической направленности;
- анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;
- характеризовать туристские походы как форму активного отдыха, выявлять их целевое предназначение в сохранении и укреплении здоровья, руководствоваться требованиями техники безопасности во время передвижения по маршруту и организации бивуака;
- устанавливать причинно-следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности;
- устанавливать связь негативного влияния нарушения осанки на состояние здоровья и выявлять причины нарушений, измерять индивидуальную форму и составлять комплексы упражнений по профилактике и коррекции выявляемых нарушений;
- устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функциональными возможностями основных систем организма;
- устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

- устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма.

У обучающегося будут сформированы следующие **универсальные коммуникативные учебные действия**:

- выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников об образцах техники выполнения разучиваемых упражнений, правилах планирования самостоятельных занятий физической и технической подготовкой;
- вести наблюдения за развитием физических качеств, сравнивать их показатели с данными возрастно-половых стандартов, составлять планы занятий на основе определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;
- описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения;
- и планировать последовательность решения задач обучения, оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;
- наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими обучающимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;
- изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать появление ошибок, анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

У обучающегося будут сформированы следующие **универсальные регулятивные учебные действия**:

- составлять и выполнять индивидуальные комплексы физических упражнений с разной функциональной направленностью, выявлять особенности их воздействия на состояние организма, развитие его резервных возможностей с помощью процедур контроля и функциональных проб;
- составлять и выполнять акробатические и гимнастические комплексы упражнений, самостоятельно разучивать сложно-координированные упражнения на спортивных снарядах;

- активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя и правила игры при возникновении конфликтных и нестандартных ситуаций, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совместное исправление;
- разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относится 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 способы и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения *в 8 классе* обучающийся научится:

- проводить анализ основных направлений развития физической культуры в Российской Федерации, характеризовать содержание основных форм их организации;
- анализировать понятие «всестороннее и гармоничное физическое развитие», раскрывать критерии и приводить примеры, устанавливать связь с наследственными факторами и занятиями физической культурой и спортом;
- проводить занятия оздоровительной гимнастикой по коррекции индивидуальной формы осанки и избыточной массы тела;
- составлять планы занятия спортивной тренировкой, определять их целевое содержание в соответствии с индивидуальными показателями развития основных физических качеств;
- выполнять гимнастическую комбинацию с волевыми упражнениями;
- выполнять прыжок в длину с места толчком двух ног, выявлять ошибки и предлагать способы устранения;
- выполнять тестовые задания комплекса ГТО в беговых и технических легкоатлетических дисциплинах в соответствии с установленными требованиями к их технике;
- тренироваться в упражнениях общefизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастнополовых особенностей;

- демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр:
- баскетбол (передача мяча одной рукой снизу и от плеча, бросок в корзину двумя и одной рукой в прыжке, тактические действия в защите и нападении, использование разученных технических и тактических действий 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 частью 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	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	
Раздел 1. Знания о физической культуре			
1.1	Знания о физической культуре	2	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		2	
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности			
2.1	Способы самостоятельной деятельности	2	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		2	
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ			
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность			
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	2	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		2	
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность			
2.1	Лёгкая атлетика	12	https://resh.edu.ru/
2.2	Гимнастика	14	https://resh.edu.ru/
2.3	Баскетбол	20	https://resh.edu.ru/
2.4	Волейбол	20	https://resh.edu.ru/
2.5	Футбол	20	https://resh.edu.ru/

2.6	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	10	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		96	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

8 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	
1	Физическая культура в современном обществе	1	https://resh.edu.ru/
2	Адаптивная и лечебная физическая культура	1	https://resh.edu.ru/
3	Коррекция избыточной массы тела	1	https://resh.edu.ru/
4	Правила проведения самостоятельных занятий при коррекции осанки и телосложения	1	https://resh.edu.ru/
5	Дыхательная и зрительная гимнастика	1	https://resh.edu.ru/
6	Упражнения для профилактики утомления	1	https://resh.edu.ru/
7	Бег на короткие дистанции	1	https://resh.edu.ru/
8	Бег на короткие дистанции на оценку.	1	https://resh.edu.ru/
9	Упражнения на скоростные способности.	1	https://resh.edu.ru/
10	Бег на средние дистанции	1	https://resh.edu.ru/
11	Бег на средние дистанции на оценку.	1	https://resh.edu.ru/
12	Упражнения на скоростно-силовые способности.	1	https://resh.edu.ru/
13	Бег на длинные дистанции	1	https://resh.edu.ru/

14	Бег на длинные дистанции на оценку.	1	https://resh.edu.ru/
15	Упражнения на выносливость.	1	https://resh.edu.ru/
16	Прыжки в длину с места.	1	https://resh.edu.ru/
17	Прыжки в длину с места на оценку.	1	https://resh.edu.ru/
18	Метание мяча с места, с разбега.	1	https://resh.edu.ru/
19	Метание мяча на оценку.	1	https://resh.edu.ru/
20	Упражнения на развитие координации.	1	https://resh.edu.ru/
21	Акробатические комбинации, растяжка.	1	https://resh.edu.ru/
22	Акробатические комбинации.	1	https://resh.edu.ru/
23	Упражнения на гибкость. Наклоны.	1	https://resh.edu.ru/
24	Упражнения на гибкость.	1	https://resh.edu.ru/
25	Вольные упражнения на базе ритмической гимнастики	1	https://resh.edu.ru/
26	Вольные упражнения на базе ритмической гимнастики	1	https://resh.edu.ru/
27	Акробатические комбинации, растяжка.	1	https://resh.edu.ru/
28	Акробатические комбинации.	1	https://resh.edu.ru/
29	Упражнения на гибкость. Наклоны.	1	https://resh.edu.ru/
30	Вольные упражнения на базе ритмической гимнастики	1	https://resh.edu.ru/

31	Акробатические комбинации, растяжка.	1	https://resh.edu.ru/
32	Вольные упражнения на базе ритмической гимнастики.	1	https://resh.edu.ru/
33	Повороты с мячом на месте	1	https://resh.edu.ru/
34	Повороты и остановки с мячом после передвижения.	1	https://resh.edu.ru/
35	Передача мяча одной рукой от плеча на месте.	1	https://resh.edu.ru/
36	Передача мяча одной рукой от плеча в движении.	1	https://resh.edu.ru/
37	Передача мяча одной рукой от плеча в движении со сменой мест.	1	https://resh.edu.ru/
38	Передача мяча одной рукой от плеча в парах, тройках.	1	https://resh.edu.ru/
39	Ведение мяча на месте без зрительного контроля.	1	https://resh.edu.ru/
40	Ведение мяча со сменой направления.	1	https://resh.edu.ru/
41	Ведение мяча со сменой скорости передвижения.	1	https://resh.edu.ru/
42	Сочетание элементов баскетбола.	1	https://resh.edu.ru/
43	Бросок мяча одной рукой от плеча после ведения с выполнением двух шагов.	1	https://resh.edu.ru/
44	Бросок мяча одной рукой от плеча после ведения с выполнением двух шагов в движении на оценку.	1	https://resh.edu.ru/
45	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке с места.	1	https://resh.edu.ru/
46	Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке после ведения.	1	https://resh.edu.ru/

47	Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке после передачи.	1	https://resh.edu.ru/
48	Сочетание элементов баскетбола.	1	https://resh.edu.ru/
49	Учебная игра по упрощенным правилам.	1	https://resh.edu.ru/
50	Бросок мяча со средней дистанции.	1	https://resh.edu.ru/
51	Бросок мяча со штрафной линии. Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/
52	Бросок мяча со штрафной линии на оценку.	1	https://resh.edu.ru/
53	Передачи мяча сверху над собой на месте.	1	https://resh.edu.ru/
54	Передачи мяча сверху над собой с перемещением.	1	https://resh.edu.ru/
55	Передача мяча двумя руками сверху над собой на оценку.	1	https://resh.edu.ru/
56	Прием мяча снизу в парах.	1	https://resh.edu.ru/
57	Прием мяча снизу после подачи мяча.	1	https://resh.edu.ru/
58	Верхняя прямая подача через сетку.	1	https://resh.edu.ru/
59	Нижняя прямая подача через сетку.	1	https://resh.edu.ru/
60	Подача мяча по зонам.	1	https://resh.edu.ru/
61	Прямой нападающий удар	1	https://resh.edu.ru/
62	Прямой нападающий удар по зонам.	1	https://resh.edu.ru/
63	Учебная игра с изученными приемами.	1	https://resh.edu.ru/

64	Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	1	https://resh.edu.ru/
65	Учебная игра с изученными приемами.	1	https://resh.edu.ru/
66	Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	1	https://resh.edu.ru/
67	Тактические действия в защите	1	https://resh.edu.ru/
68	Тактические действия в нападении	1	https://resh.edu.ru/
69	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	https://resh.edu.ru/
70	Тактические действия в нападении и защите.	1	https://resh.edu.ru/
71	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	https://resh.edu.ru/
72	Учебная игра с использованием изученных приемов.	1	https://resh.edu.ru/
73	Передачи мяча на месте в парах.	1	https://resh.edu.ru/
74	Остановка мяча внутренней стороной стопы	1	https://resh.edu.ru/
75	Передача мяча в четверках.	1	https://resh.edu.ru/
76	Правила игры в мини-футбол	1	https://resh.edu.ru/
77	Передачи мяча в движении.	1	https://resh.edu.ru/
78	Правила игры в мини-футбол, учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/
79	Ведение мяча с изменением направления.	1	https://resh.edu.ru/
80	Игровая деятельность по правилам классического футбола	1	https://resh.edu.ru/

81	Ведение мяча с изменением направления с последующим ударом по воротам.	1	https://resh.edu.ru/
82	Различные комбинации с атакой на ворота.	1	https://resh.edu.ru/
83	Сочетание изученных элементов футбола.	1	https://resh.edu.ru/
84	Игровая деятельность по правилам классического футбола	1	https://resh.edu.ru/
85	Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы	1	https://resh.edu.ru/
86	Ведение мяча с изменением направления с последующим ударом по воротам.	1	https://resh.edu.ru/
87	Различные комбинации с атакой на ворота.	1	https://resh.edu.ru/
88	Сочетание изученных элементов футбола.	1	https://resh.edu.ru/
89	Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы	1	https://resh.edu.ru/
90	Различные комбинации с атакой на ворота.	1	https://resh.edu.ru/
91	Сочетание изученных элементов футбола.	1	https://resh.edu.ru/
92	Учебная игра в мини-футбол с использованием изученных элементов.	1	https://resh.edu.ru/
93	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м	1	
94	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м или 2000м	1	
95	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1	

96	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1	
97	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1	
98	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1	
99	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Кросс на 3 км.	1	
100	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	1	
101	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1	
102	Промежуточная аттестация.	1	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

- Физическая культура, 8-9 классы/ Лях В.И., Акционерное общество

«Издательство «Просвещение»

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Матвеев А.П. Уроки физической культуры. Методические рекомендации. 8-9 классы. «Просвещение» 2023 г.
2. Матвеев Л. П. «Теория и методика физической культуры», Спорт, 2021 г.
3. Погадаев Г.И. Физическая культура. 5-9 классы. Методическое пособие. «Просвещение» 2023 г.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

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

<http://gto.ru/>

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