Тематическое планирование блочно-событийных погружений на 2019-2020 учебный год.

Предмет: Физическая культура

Учитель: Титов М. Н.

Класс: 8

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Раздел программы | Название БСП | Кол-во часов | Характеристика деятельности обучающихся | Развитие дивергентного мышления | Срок проведения | Дата обратной связи от обучающихся |
| Легкая атлетика | Старт-азарт | 22 | Лёгкая атлетика. Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений.  Лёгкая атлетика.Беговые упражнения.  Прыжковые упражнения.  Метание малого мяча. |  | С 02.09 по 27.09  С 5.05 по 22.05 | Сентябрь  Май |
| Спортивные игры | Игроманы | 32 | Баскетбол. Игра по правилам.  Волейбол. Игра по правилам.  Футбол. Игра по правилам.  Прикладно-ориентированная подготовка.Прикладно-ориентированные упражнения.  Упражнения общеразвивающей направленности.Общефизическая подготовка. |  | С 1.10 по 31.10  С 16.03 по 20.04 | Октябрь  апрель |
| Гимнастика с основами акробатики | Сильным быть здорово | 18 | Гимнастика с основами акробатики. Организующие команды и приёмы.  Акробатические упражнения и комбинации.  Ритмическая гимнастика (девочки).  Опорные прыжки.  Упражнения и комбинации на гимнастическом бревне (девочки).  Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине (мальчики).  Упражнения и комбинации на гимнастических брусьях: упражнения на параллельных брусьях (мальчики); упражнения на разновысоких брусьях (девочки). |  | 4.11 по 19.12. | декабрь |
| Лыжная подготовка | Зимняя карусель | 21 | Лыжные гонки.Передвижения на лыжах.  Подъёмы, спуски, повороты, торможения. |  | С 13.01 по13.о3 | март |
| Способы двигательной (физкультурной) деятельности. | Сам себе тренер | 2 | Составление (совместно с учителем) плана занятий спортивной подготовкой с учетом индивидуальных показателей здоровья и физического развития, двигательной (технической) и физической подготовленности. Личная гигиена в процессе занятий физическими упражнениями.  Ведение дневника самонаблюдения: регистрация по учебным четвертям динамики показателей физического развития и физической подготовленности; содержание еженедельно обновляемых комплексов утренней зарядки и физкультминуток; содержание домашних заданий по развитию физических качеств. Наблюдения за динамикой показателей физической подготовленности с помощью тестовых упражнений. Организация досуга средствами физической культуры, характеристика занятий спортивными играми, спортивным бегом и оздоровительной ходьбой. Комплекс общеразвивающих упражнений с предметами. Первая помощь при солнечном и тепловом ударе. |  | декабрь | декабрь |
| Знания о физической культуре | Познай себя | 2 | Физическая культура в разные общественно-экономические формации. Основные направления развития физической культуры в современном обществе; их цель, содержание и формы организации. Характеристика типовых травм, оказание первой помощи.Адаптивная физическая культура как система занятий физическими упражнениями по укреплению и сохранению здоровья, коррекции осанки и телосложения, профилактика утомления. Упражнения для разминки (обычной, спортивной).Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности (воли, смелости, трудолюбия.честности, этических норм поведения). Упражнения на развитие скоростно-силовых способностей. |  | март | март |