

Лист фиксирования изменений и дополнений в программе  
по физической культуре  
8 класс

Дата внесения изменений	Содержание	Реквизиты документа (дата, № приказа)	Подпись лица, внесшего запись
<b>Спортивные игры: гандбол 3 ч</b>			
20.03.2020 г.	7.1 Совершенствование передвижений, остановок и стоек. 7.2 Совершенствование техники ловли и передач мяча. Совершенствование техники движений. 7.3 Совершенствование техники бросков мяча. Семиметровый штрафной бросок.	№ 3/1 от 20.03.2020 г.	
20.03.2020 г.	7.4 Совершенствование индивидуальной техники защиты. 7.5 Совершенствование техники перемещений, владения мячом. Совершенствование тактики игры. 7.6 Нападение быстрым прорывом (3:2).	№ 3/1 от 20.03.2020 г.	
20.03.2020 г.	7.7 Взаимодействие двух игроков в защите через «заслон». 7.8 Игра по упрощенным правилам гандбола.	№ 3/1 от 20.03.2020 г.	
<b>Плавание 1 ч</b>			
20.03.2020 г.	8.1 Техника безопасности на воде. Способы транспортировки пострадавшего в воде. 8.2 Значение плавательных упражнений для укрепления здоровья и основных систем организма и для развития физических способностей. 8.3 Координационные упражнения на суше. Названия упражнений и основные признаки техники плавания.	№ 3/1 от 20.03.2020 г.	
<b>Легкая атлетика 5 ч</b>			
20.03.2020 г.	9.1 Инструктаж по ТБ. Низкий старт до 30 м. Стартовый разгон. 9.2 Бег по дистанции от 70 до 80 м.	№ 3/1 от 20.03.2020 г.	
20.03.2020 г.	9.3 Бег по дистанции до 70 м. Специальные беговые	№ 3/1 от 20.03.2020 г.	

	упражнения. 9.4 Бег по дистанции до 70 м. Эстафетный бег.		
20.03.2020 г.	9.5 Низкий старт. Бег по дистанции. Финиширование. 9.6 Прыжки в длину с 11-13 шагов разбега.	№ 3/1 от 20.03.2020 г.	
20.03.2020 г.	9.7 Прыжки в высоту с 7-9 шагов разбега. 9.8 Овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность.	№ 3/1 от 20.03.2020 г.	
20.03.2020 г.	9.9 Метание теннисного мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1х1) (девушки 12-14 м, юноши – до 16 м). 9.10 Бросок набивного мяча (2 кг) двумя руками из различных исходных положений с места, с шага, с двух шагов, с трех шагов, с четырех шагов вперед-вверх.	№ 3/1 от 20.03.2020 г.	

**Лист фиксирования изменений и дополнений в программе  
по физической культуре  
9 класс**

Дата внесения изменений	Содержание	Реквизиты документа (дата, № приказа)	Подпись лица, внесшего запись
<b>Спортивные игры: баскетбол 1 ч</b>			
20.03.2020 г.	4.3 Баскетбол. Нападение быстрым прорывом. 4.4 Баскетбол. Учебная игра.	№ 3/1 от 20.03.2020 г.	
<b>Элементы единоборств 2 ч</b>			
20.03.2020 г.	4.5 Элементы единоборств. Инструктаж по ТБ. Стойки и передвижения в стойке. 4.6 Элементы единоборств. Захваты рук и туловища. Игра «Бой петухов». 4.7 Элементы единоборств. Освобождение от захватов. Игра «Выталкивание из круга».	№ 3/1 от 20.03.2020 г.	

20.03.2020 г.	4.8 Элементы единоборств. Приёмы за выгодное положение. Игра «Перетягивание в парах». 4.9 Элементы единоборств. Борьба за предмет. 4.10 Элементы единоборств. Подвижные игры «Часовые и разведчики», «Перетягивание в парах».	№ 3/1 от 20.03.2020 г.	
<b>Плавание 1 ч</b>			
20.03.2020 г.	4.11 Плавание. Инструктаж по ТБ. Оздоровительное значение плавания. 4.12 Плавание. Способы освобождения от захватов тонущего. 4.12 Плавание. Способы транспортировки пострадавших в воде.	№ 3/1 от 20.03.2020 г.	
<b>Легкая атлетика 5 ч</b>			
20.03.2020 г.	4.13 Легкая атлетика. Инструктаж по ТБ. Метание малого мяча в горизонтальную цель. 4.14 Легкая атлетика. Метание малого мяча в вертикальную цель.	№ 3/1 от 20.03.2020 г.	
20.03.2020 г.	4.15 Легкая атлетика. Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции. 4.16 Легкая атлетика. Тестирование бега на 100 м.	№ 3/1 от 20.03.2020 г.	
20.03.2020 г.	4.17 Легкая атлетика. Тестирование бега на 60 м и челночного бега. 4.18 Легкая атлетика. Тестирование метания мяча на дальность с разбега.	№ 3/1 от 20.03.2020 г.	
20.03.2020 г.	4.19 Легкая атлетика. Тестирование прыжка в длину с разбега. 4.20 Легкая атлетика. Равномерный бег.	№ 3/1 от 20.03.2020 г.	
20.03.2020 г.	4.21 Легкая атлетика. тестирование бега на 2000 м. 4.22 Легкая атлетика. Эстафетный бег.	№ 3/1 от 20.03.2020 г.	