

Приложение
к Адаптированной рабочей программе
основного общего образования
Физика
(для обучающихся по индивидуальному

учебному плану в 7 – 9 классах),

утвержденное приказом директора
от 27.08.2025г. № 165-ОД

Поурочное планирование, 7 класс.

№ урока, дата	Наименование разделов и тем учебного предмета, тем уроков	Количест во часов	Учебно-методические материалы, КИМы
1	Вводный инструктаж по технике безопасности.		Инструкция по ТБ
Раздел 1. Физика и её роль в познании окружающего мира (6 ч)			
1.1 Физика — наука о природе 2ч			
1	Физика – наука о природе. Явления природы.	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс. https://m.edsoo.ru/7f416194
2	Физические явления.	1	E: \Всё по физике\SMART\ 7 класс.
1.2 Физические величины 2ч.			
3	Физические величины. И их измерение.	1	. https://m.edsoo.ru/7f416194 Комплект оборудования «Точка роста»
4	Урок – исследование «Измерение температуры при помощи термометра и датчика температуры».	1	. E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс. Комплект оборудования «Точка роста»
5	Естественно - научный метод познания 2ч. Методы научного познания. Описание физических явлений с помощью моделей.	1	E: \Всё по физике\SMART\ 7 класс .Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/ff09f72a
6	Методы научного познания. Описание физических	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/ff09f72a

	явлений с помощью моделей.		
Раздел 2. Первоначальные сведения о строении вещества (5 ч)			
2.1 Строение вещества 1ч.			
7	Строение вещества. Опыты, доказывающие дискретное состояние вещества.	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс. Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/ff09fe0a
8	<i>Движение и взаимодействие частиц вещества 2ч.</i> Движение частиц вещества.	1	Комплект оборудования «Точка роста»
9	Урок – исследование «Опыты по наблюдению теплового расширения газов»	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс. Комплект оборудования «Точка роста»
2.2 Агрегатные состояния вещества 2ч.			
10	Агрегатные состояния вещества.	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс. Задачник В.И.Лукашик, Е.В. Иванова
11	Свойства газов, жидкостей и твердых тел	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс. Задачник В.И.Лукашик, Е.В. Иванова. Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/ff0a013e
Раздел 3. Движение и взаимодействие тел (21 ч)			
3.1 Механическое движение 3ч.			
12	Механическое движение. Равномерное и неравномерное движение	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/ff0a05c6 Комплект оборудования «Точка роста»
13	Скорость. Единицы скорости	1	Комплект оборудования «Точка роста» E:\Всё по физике\дидактический материал для уроков\ 7 класс,
14	Расчет пути и времени движения	1	E:\Всё по физике\дидактический материал для уроков\ 7 класс, тесты.
3.2 Инерция, масса, плотность 4ч.			

15	Инерция. Масса – мера инертности.	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/ff0a05c6
16	Плотность вещества. Расчет массы и объема тела по его плотности.	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс. Задачник В.И.Лукашик, Е.В. Иванова.
17	Лабораторная работа «Определение плотности твердого тела»	1	Комплект оборудования «Точка роста».
18	Решение задач по теме «Плотность вещества».	1	Задачник В.И.Лукашик, Е.В. Иванова.
3.3 Сила. Виды сил 14 ч.			
19	Сила как характеристика взаимодействия тел. Сила упругости. Закон Гука	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс
20	Лабораторная работа « Изучение зависимости деформации пружины от приложенной силы».	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс Комплект оборудования «Точка роста»
21	Явление тяготения. Сила тяжести.	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс. Задачник В.И.Лукашик, Е.В. Иванова
22	Связь между силой тяжести и массой тела. Вес тела.	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс
23	Решение задач по теме «Сила тяжести». Сила тяжести на других планетах.	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс. Задачник В.И.Лукашик, Е.В. Иванова.
24	Измерение сил. Динамометр.	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс Комплект оборудования «Точка роста»
25	Вес тела. Невесомость.	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс
26	Сложение двух сил, направленных по одной прямой. Равнодействующая сила.	1	Комплект оборудования «Точка роста» Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/ff0a1a70
27	Решение задач по темам «Силы. «Равнодействующая сила»	1	Задачник В.И.Лукашик, Е.В. Иванова
28	Сила трения в природе и технике.	1	Задачник В.И.Лукашик, Е.В. Иванова Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/ff0a18cc
29	Лабораторная работа « Изучение зависимости силы трения скольжения от силы давления и характера	1	Комплект оборудования «Точка роста»

	соприкасающихся поверхностей»		
30	Решение задач на определение равнодействующей силы.	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс. Задачник В.И.Лукашик, Е.В. Иванова
31	Решение задач по темам «Вес тела». «Графическое изображение сил». «Силы». «Равнодействующая сила».	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс. Задачник В.И.Лукашик, Е.В. Иванова
32	Контрольная работа №1 по темам «Механическое движение», «Масса», «Плотность вещества» «Силы», «Равнодействующая сила »	1	Дидактический материал для уроков\ 7класс\Контрольные работы\контрольная работа №1

Раздел 4. Давление твёрдых тел, жидкостей и газов (21 ч)

4.1 Давление. Передача давления твёрдыми телами, жидкостями и газами 3ч.

33	Давление. Единицы давления. Способы уменьшения и увеличения давления.	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс. Задачник В.И.Лукашик, Е.В. Иванова
34	Давление газа. Зависимость давления газа объема и температуры.	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс
35	Передача давления твердыми телами, жидкостями и газами. Закон Паскаля.	1	Оборудование «Точки роста». Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/ff0a1de0

4.2 Давление жидкости 5ч.

36	Давление в жидкости и газе, вызванное действием силы тяжести.	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс
37	Решение задач по теме «Давление в жидкости и газе. Закон Паскаля».	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс. Задачник В.И.Лукашик, Е.В. Иванова
38	Сообщающиеся сосуды. Гидравлический пресс.	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс Оборудование «Точки роста».
39	Манометры. Поршневой жидкостный насос.	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс. Задачник В.И.Лукашик, Е.В. Иванова
40	Контрольная работа №2 «Давление в жидкости и газе. Закон Паскаля»	1	Дидактический материал для уроков\ 7класс\Контрольные работы\контрольная работа №2

	«Сообщающиеся сосуды».		
4.3 Атмосферное давление 6ч.			
41	Атмосфера Земли и условия ее существования.	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс
42	Вес воздуха. Атмосферное давление	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс Оборудование «Точки роста».
43	Измерение атмосферного давления. Опыт Торричелли	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс, Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/ff0a3136
44	Зависимость атмосферного давления от высоты над уровнем моря.	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс,
45	Барометр - анероид. Атмосферное давление на различных высотах	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс
46	Решение задач по теме «Атмосферное давление».	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс
47	<i>Действие жидкости и газа на погруженное в них тело 7ч</i> Действие жидкости и газа на погруженное в них тело. Архимедова сила.	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс
48	Лабораторная работа «Определение выталкивающей силы, действующей на погруженное в жидкость тело»	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс Комплект оборудования «Точка роста»
49	Лабораторная работа «Исследование зависимости веса тела в воде от объема погруженной в жидкость части тела».	1	Комплект оборудования «Точка роста» гайка, салфетка, 2 сосуда с водой и насыщенным раствором соли.
50	Плавание тел. Плавание судов. Воздухоплавание.	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс Комплект оборудования «Точка роста»
51	Лабораторная работа «Конструирование ареометра или лодки и определение ее грузоподъемности».	1	Комплект оборудования «Точка роста» пробирка – поплавок, проволочный крючок, песок, салфетка.
52	Решение задач по темам «Архимедова сила», «Плавание тел», «Плавание судов. Воздухоплавание »	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс. Задачник В.И.Лукашик, Е.В. Иванова Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/ff0a3654
53	Контрольная работа №3 по теме «Давление твердых тел, жидкостей и газов»	1	Дидактический материал для уроков\ 7класс\Контрольные работы\контрольная работа №3

Раздел 5. Работа и мощность. Энергия (12 ч)

5.1 Работа и мощность 3ч.			
54	Механическая работа. Единицы работы	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс.
55	Мощность. Единицы мощности	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс.
56	Урок- исследование «Расчет мощности, развиваемой при подъеме по лестнице».	1	Задачник В.И.Лукашик, Е.В. Иванова
57	<i>Простые механизмы 5ч.</i> Простые механизмы. Рычаг. Равновесие сил на рычаге	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс. Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/ff0a478e
58	Момент силы. Рычаги в технике, быту и природе.	1	Комплект оборудования «Точка роста» E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс.
59	Лабораторная работа № 10 «Выяснение условия равновесия рычага»	1	Комплект оборудования «Точка роста»
60	Блоки. «Золотое правило» механики».	1	Комплект оборудования «Точка роста»
61	Коэффициент полезного действия механизмов. Лабораторная работа «Определение КПД наклонной плоскости»	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс. Комплект оборудования «Точка роста»
5.2 Механическая энергия 4ч.			
62	Механическая энергия. Потенциальная и кинетическая энергия	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс.
63	Закон сохранения механической энергии.	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс.
64	Решение задач по теме: «Работа. Мощность, Энергия»	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс. Задачник В.И.Лукашик, Е.В. Иванова
65	Контрольная работа №4 по теме «Работа. Мощность, Энергия» (в случае проведения ВПР результат засчитывается за контрольную работу)	1	Дидактический материал для уроков\ 7класс\Контрольные работы\контрольная работа №4
Резервное время (3 ч)			
66	Работа с текстами по теме «Механическое движение».	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/ff0a4ee6

67	Работа с текстами по теме «Давление твердых тел, жидкостей и газов».	1	https://m.edsoo.ru/ff0a4ffe
68	Работа с текстами по теме «Работа. Мощность. Энергия».	1	E: \Всё по физике\Инфоурок\ 7 класс.