

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«НИЖНЕГОРСКАЯ ШКОЛА-ГИМНАЗИЯ»
НИЖНЕГОРСКОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

РАССМОТРЕНО

на заседании методического
объединения учителей
начальных классов
Протокол № 4
от 29.08.2022г.

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора

Ярошевская И.Н.
30.08.2022г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ
«Нижнегорская ШГ»

Пацай С.С.
Приказ № 278
от 31. 08.2022г.

Календарно-тематическое планирование

по физической культуре

УМК «Школа России»

Уровень образования, класс: начальное общее образование, 1-класс

Количество часов: 2 ч в неделю; 1 класс -66 ч в год

Срок реализации программы: 2022/2023г.

Учитель по физической культуре : Самединов Азим Заримович

№ п/п	Дата		Количе ство часов	Название раздела и темы урока
	план	факт		
Модуль 1. Знания о физической культуре -5ч.				
1.	06.09 01.09		1	Правила поведения, техника безопасности. Общие принципы выполнения физических упражнений
2.	07.09 06.09		1	Спортивное оборудование и инвентарь. Одежда для занятий физическими упражнениями.
3.	13.09 08.09		1	Организующие команды: «Стройся», «Смирно», «На первый, второй рассчитайся», «Вольно», «Шагом марш», «На месте стой, раз, два», «Равняйся», «В две шеренги становись»
4.	14.09 13.05		1	Значение физической культуры в жизни человека. Знакомство с ГТО
5.	20.09 15.09		1	Распорядок дня. Личная гигиена.
Модуль 2. Способы физкультурной деятельности -3ч.				
6.	21.09 20.09		1	Техника выполнения упражнений общей разминки с контролем дыхания
7.	27.09 22.09		1	Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры.
8.	28.09 27.09		1	Самоконтроль. Строевые команды и построения
Модуль 3. Физкультурно-оздоровительная деятельность -44ч.				
9.	04.10 29.09		1	Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа.
10.	05.10 04.10		1	Прыжок в длину с места. Эстафеты
11.	11.10 06.10		1	Прыжок в длину с места. Эстафеты
12.	12.10 11.10		1	Метание малого мяча в цель
13.	18.10 13.10		1	Метание малого мяча на дальность. Упражнения для развития силовых и координационных способностей
14.	19.10 18.10		1	Техника высокого старта. Понятие стартового ускорения
15.	25.10 20.10		1	Челночный бег 3*10 Упражнения для развития скоростно-координационных качеств
16.	26.10 25.10		1	Бег 30 м

17.	08.11 27.10		1	Инструктаж по ТБ. на уроках гимнастики. Основная стойка. Построение в колонну, шеренгу, в круг.
18.	09.11 08.11		1	Группировка. Перекаты в группировке.
19.	15.11 10.11		1	Стойка на лопатках, мост.
20.	16.11 15.11		1	Кувырок вперед.
21.	22.11 17.11		1	Подъем туловища за 30 сек. Кувырок вперед.
22.	23.11 22.11		1	Вис на гимнастической стенке.
23.	29.11 24.11		1	Подтягивание из виса лежа.
24.	30.11 29.11		1	Упражнения для развития равновесия
25.	06.12 01.12		1	Лазание по гимнастической стенке и наклонной скамейке
26.	07.12 06.12		1	Лазание по канату в три приема
27.	13.12 08.12		1	Прыжки со скакалкой
28.	14.12 13.12		1	Наклон вперед из положения стоя. Полоса препятствий.
29.	20.12 15.12		1	Ходьба по гимнастическому бревну
30.	21.12 20.12		1	Техника безопасности на уроках лыжной подготовки Переноска и надевание лыж
31.	27.12 22.12		1	Ступающий шаг без палок
32.	28.12 27.12		1	Скользкий шаг без палок
33.	10.01 29.12		1	Повороты переступанием, торможение на лыжах
34.	11.01 10.01		1	Ходьба на лыжах разными способами.
35.	17.01 12.01		1	Подъемы и спуски на лыжах
36.	18.01 17.01		1	Техника безопасности на уроках спортивных игр
37.	24.01 19.01		1	Броски и ловля волейбольного мяча
38.	25.11 24.01		1	Броски и ловля волейбольного мяча
39.	31.01 26.01		1	Броски и ловля мяча через сетку
40.	01.02 31.01		1	Броски мяча из-за головы двумя руками через сетку

41.	07.02 02.02		1	Броски мяча одной рукой через сетку
42.	08.02 07.02		1	Пионербол двумя мячами
43.	14.02 09.02		1	Броски и ловля баскетбольного мяча
44.	15.02 14.02		1	Броски и ловля баскетбольного мяча
45.	28.02 16.02		1	Броски мяча в кольцо способом снизу
46	01.03 28.02		1	Броски мяча в кольцо способом сверху
47	07.03 02.03		1	Ведение мяча на месте, в движении
48	14.03 07.03		1	Ведение мяча с обводкой стоек.
49	15.03 09.03		1	И в баскетбол по упрощенным правилам
50	28.03 14.03		1	Подвижные игры с элементами баскетбола
51	29.03 16.03		1	Строевые упражнения
52	04.04 28.03		1	Строевые упражнения
Модуль 4. Спортивно-оздоровительная деятельность -14ч.				
53	05.04 30.03		1	Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа.
54	11.04 04.04		1	Игры - эстафеты. Упражнения для развития скоростных способностей
55	12.04 06.04		1	Прыжок в длину с места. Эстафеты.
56	18.04 11.04		1	Прыжок в длину с места.
57	19.04 13.04		1	Техника высокого старта. Понятие стартового ускорения
58	25.04 18.04		1	Челночный бег 3*10 Упражнения для развития скоростно-координационных качеств
59	26.04 20.04		1	Бег 30 м. Упражнения полосы препятствий.
60	02.05 25.04		1	Бег 30 м.
61	03.05 27.04		1	Прыжок в длину с разбега. Упражнения для развития прыгучести.
62	10.05 02.05		1	Прыжок в длину с разбега
63	16.05 11.05		1	Метание малого мяча в цель

