

Согласовано
Зам. директора МОУ
«ООШ п. Взлетный»
Энгельского муниципального
района
Шведова (Е.В.Шведова)
01.09.2023 г.

Утверждаю
Директор МОУ
«ООШ п. Взлетный» Энгельского
муниципального района
Сахацкая (Е.С. Сахацкая)
Приказ № 140 от «01.09.2023 г

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ
ПЛАНИРОВАНИЕ
по «Физической культуре»

Класс 1

Учитель: Амирова Муслима Николаевна

Количество часов: всего 68 часов; в неделю 2 часа;

Планирование составлено на основе Рабочей программы по учебному предмету «Физическая культура», рассмотренным педагогическим советом МОУ «ООШ п. Взлетный», протокол № 10 от 31.08.2023 г.

В соответствии с ФГОС начального общего образования

Учебник: 1-4 кл.: учебник для общеобразовательных учреждений Авторы: Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В., Петров С.С. – Издательский центр «Вентана - Граф», 2013 г.

Программа входит в систему «Начальная школа XX»

2023 – 2024 учебный год

1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	коррективк а
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
III ТРИМЕСТР						
1	Что такое физическая культура Современные физические упражнения	1		1	04.09	
2	Правила поведения на уроках физической культуры Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1		1	06.09	
3	Режим дня и правила его составления и соблюдения	1		1	11.09	
4	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1		1	13.09	
5	Осанка человека. Упражнения для осанки	1		1	18.09	
6	Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника	1		1	20.09	
7	Понятие гимнастики и спортивной гимнастики	1		1	25.09	
8	Исходные положения в физических упражнениях	1		1	27.09	
9	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1		1	02.10	
10	Правила выполнения прыжка в длину с места	1		1	04.10	
11	Разучивание фазы приземления из прыжка				09.10	
12	Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом	1		1	11.10	
13	Акробатические упражнения, основные техники	1		1	16.10	
14	Строевые упражнения и	1		1	18.10	

	организующие команды на уроках физической культуры					
15	Способы построения и повороты стоя на месте	1		1	23.10	
16	Гимнастические упражнения с мячом. Ритмическая гимнастика	1		1	25.10	
17	Гимнастические упражнения со скакалкой. Ритмическая гимнастика	1		1	08.11	
18	Гимнастические упражнения в прыжках. Ритмическая гимнастика	1		1	13.11	
19	Подъем туловища из положения лежа на спине и животе	1		1	15.11	
20	Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника	1		1	20.11	
21	ТБ на уроках лыжной подготовки. Обучение техники надевание в переноске лыж. Строевые упражнения с лыжами в руках.	1		1	22.11	
22	Передвижение ступающим шагом в шеренге, скользящим шагом без палок в шеренге и в колонне.	1		1	27.11	
23	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1		1	29.11	

II ТРИМЕСТР

24	Подводящие упражнения на месте: передвижения по кругу, чередуя ступающий и скользящий шаг без палок	1		1	04.12	
25	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1		1	06.12	
26	Передвижение по кругу, чередуя ступающий и скользящий шаг без палок	1		1	11.12	
27	Передвижение одновременным двухшажным ходом.	1		1	13.12	
28	Упражнения в поворотах на лыжах переступанием стоя на месте и в движении	1		1	18.12	
29	Торможение плугом.	1		1	20.12	

30	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1		1	25.12	
31	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1		1	27.12	
32	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1		1	09.01	
33	Подъем туловища из положения лежа на спине и животе	1		1	10.01	
34	Подъем ног из положения лежа на животе	1		1	15.01	
35	Сгибание рук в положении упоре лежа	1		1	17.01	
36	Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами	1		1	22.01	
37	Обучение техники метания мяча на дальность				24.01	
38	Обучение техники метания мяча на дальность				29.01	
39	Закрепление техники метания мяча на дальность.				31.01	
40	ТБ на уроках подвижных и спортивных игр. Возникновение первых спортивных соревнований	1		1	05.02	
41	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр. Считалки для подвижных игр.	1		1	07.02	
42	Обучение способам организации игровых площадок	1		1	12.02	
43	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр. Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1		1	14.02	
44	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1		1	19.02	
45	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1		1	21.02	
46	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1		1	26.02	
47	Разучивание подвижной игры «Не	1		1	28.02	

	оступись»					
--	-----------	--	--	--	--	--

III ТРИМЕСТР

48	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1		1	04.03	
49	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1		1	06.03	
50	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1		1	11.03	
51	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1		1	13.03	
52	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1		1	18.03	
53	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1		1	20.03	
54	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1		1	25.03	
55	ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы	1		1	27.03	
56	Основные правила, ТБ на уроках, особенности проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО	1		1	01.04	
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1		1	03.04	
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1		1	08.04	
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1		1	10.04	
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1		1	15.04	
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса	1		1	17.04	

	ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры					
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1		1	22.04	
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1		1	24.04	
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1		1	06.05	
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1		1	08.05	
66	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1		1	13.05	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	66		

