

Согласовано
Зам. директора МОУ
«ООШ п.Взлетный»
Энгельского муниципального
района

Шведова (Е.В.Шведова)
«1» 09 2023 г.

Утверждаю
Директор МОУ
«ООШ п. Взлетный» Энгельского
муниципального района
(Е.С. Сахаккая)

Приказ от 01.09.2023 г № 140

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ
ПЛАНИРОВАНИЕ
по «Физической культуре»

Класс 7

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 № __ от 31.08.2023 г.

В соответствии с ФГОС основного общего образования

Учебник : (В.И. Лях, А.А. Зданевич, - М.: просвещение,2012 г)

2023– 2024 учебный год

7 КЛАСС

| № п/п | Тема урока | Количество часов | | | Дата изучения | корректировка |
|-------|---|------------------|--------------------|---------------------|---------------|---------------|
| | | Всего | Контрольные работы | Практические работы | | |
| 1 | Зарождение олимпийского движения в дореволюционной России Правила поведения на уроках ФК, техника безопасности на занятиях лёгкой атлетикой. | 1 | | 1 | 05.09 | |
| 2 | Легкая атлетика. Техника безопасности. Бег на короткие дистанции. Эстафетный бег. | 1 | | 1 | 07.09 | |
| 3 | ТБ. Бег на короткие дистанции. Эстафетный бег. | 1 | | 1 | 12.09 | |
| 4 | ТБ. Беговые упражнения с увеличением скорости передвижения и продолжительности выполнения. Эстафетный бег. | 1 | | 1 | 14.09 | |
| 5 | ТБ. Беговые упражнения Эстафетный бег. Двигательные действия как основа технической подготовки . | 1 | | 1 | 19.09 | |
| 6 | ТБ. Бег с преодолением препятствий способами «наступление» и «прыжковый бег». Эстафетный бег. | 1 | | 1 | 21.09 | |
| 7 | ТБ. Бег с | 1 | | 1 | 26.09 | |

| | | | | | | |
|----|---|---|--|---|-------|--|
| | преодолением препятствий способами «наступление» и «прыжковый бег». Подвижные игры. | | | | | |
| 8 | ТБ. Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции. Прыжки в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры. | 1 | | 1 | | |
| 9 | ТБ. Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции. Прыжки в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры. | 1 | | 1 | 28.09 | |
| 10 | ТБ. Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции. Прыжки с разбега в длину способом «согнув ноги». Подвижные игры. | 1 | | 1 | 03.10 | |
| 11 | ТБ. Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции. Прыжки с разбега в длину способом «согнув ноги» | 1 | | 1 | 05.10 | |
| 12 | ТБ. Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции. Прыжки с разбега в длину способом «согнув ноги». Подвижные игры. | 1 | | 1 | 10.10 | |
| 13 | ТБ. Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции. Прыжки с разбега в высоту способом «перешагивание». Подвижные игры. | 1 | | 1 | 12.10 | |
| 14 | ТБ. Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции. Прыжки с | 1 | | 1 | 17.10 | |

| | | | | | | |
|----|--|---|--|---|-------|--|
| | разбега в высоту способом «перешагивание». Подвижные игры. | | | | | |
| 15 | ТБ. Метание малого (теннисного) мяча по движущейся (катящейся) с разной скоростью мишени. Подвижные игры. | 1 | | 1 | 19.10 | |
| 16 | ТБ. Метание малого (теннисного) мяча по движущейся (катящейся) с разной скоростью мишени. Подвижные игры. | 1 | | 1 | 24.10 | |
| 17 | ТБ. Метание малого (теннисного) мяча по движущейся (катящейся) с разной скоростью мишени. Подвижные игры. | 1 | | 1 | 07.11 | |
| 18 | Влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности современного человека. Подвижные игры. | 1 | | 1 | 09.11 | |
| 19 | ТБ. Гимнастика. Акробатическая комбинация. Подвижные игры. | 1 | | 1 | 14.11 | |
| 20 | ТБ. Акробатическая комбинация. Подвижные игры. | 1 | | 1 | 16.11 | |
| 21 | ТБ. Акробатическая комбинация. Подвижные игры. | 1 | | 1 | 21.11 | |
| 22 | ТБ. Акробатическая комбинация. Подвижные игры. | 1 | | 1 | 23.11 | |
| 23 | Комплекс упражнений, Подвижные игры. | 1 | | 1 | 28.11 | |
| 24 | Комплекс упражнений, | 1 | | 1 | 30.11 | |

| | | | | | | |
|----|--|---|--|---|-------|--|
| | Подвижные игры. | | | | | |
| 25 | Комбинация на гимнастическом Подвижные игры. | 1 | | 1 | 05.12 | |
| 26 | Комбинация на гимнастическом бревне Подвижные игры. | 1 | | 1 | 07.12 | |
| 27 | ТБ. «Гимнастическая комбинация на низком гимнастическом бревне Подвижные игры. «Упражнения на развитие координации». | 1 | | 1 | 12.12 | |
| 28 | ТБ. «Лазанье и перелезание на гимнастической стенке». Подвижные игры. | 1 | | 1 | 14.12 | |
| 29 | ТБ. Лазанье по канату в два приёма. Лазанье и перелезание на гимнастической стенке. Подвижные игры. | 1 | | 1 | 19.12 | |
| 30 | ТБ. Лазанье по канату в два приёма. Лазанье и перелезание на гимнастической стенке. Подвижные игры. | 1 | | 1 | 21.12 | |
| 31 | Способы оценивания оздоровительного эффекта занятий физической культурой с помощью «индекса Кетле», Подвижные игры. | 1 | | 1 | 26.12 | |
| 32 | ТБ. Баскетбол. Передача и ловля мяча после отскока от пола. . Спортивная игра. | 1 | | 1 | 28.12 | |
| 33 | ТБ. Баскетбол. Передача и ловля мяча после отскока от пола. | 1 | | 1 | 09.01 | |

| | | | | | | |
|----|--|---|--|---|-------|--|
| | Правила игры и игровая деятельность . Спортивная игра. | | | | | |
| 34 | ТБ. Баскетбол. Бросок в корзину двумя руками снизу и от груди после ведения. . Спортивная игра. | 1 | | 1 | 11.01 | |
| 35 | ТБ. Баскетбол. Бросок в корзину двумя руками снизу и от груди после ведения. . Спортивная игра. | 1 | | 1 | 16.01 | |
| 36 | ТБ. Баскетбол. Спортивная игра. | 1 | | 1 | 18.01 | |
| 37 | ТБ. Баскетбол. Спортивная игра. | 1 | | 1 | 23.01 | |
| 38 | ТБ. Баскетбол. Спортивная игра. | 1 | | 1 | 25.01 | |
| 39 | ТБ. Баскетбол. Ранее разученных технических приёмов без мяча и с мячом: ведение, приёмы и передачи, броски в корзину. Спортивная игра. | 1 | | 1 | 30.01 | |
| 40 | ТБ. Волейбол. Верхняя прямая подача мяча в разные зоны площадки соперника. Спортивная игра. | 1 | | 1 | 01.02 | |
| 41 | ТБ. Волейбол. Верхняя прямая подача мяча в разные зоны площадки соперника. Спортивная игра. | 1 | | 1 | 06.02 | |
| 42 | ТБ. Волейбол. Верхняя прямая подача мяча в разные зоны площадки соперника. . Спортивная игра. | 1 | | 1 | 08.02 | |
| 43 | ТБ. Волейбол. Верхняя прямая подача мяча в разные зоны площадки соперника. Спортивная игра. | 1 | | 1 | 13.02 | |

| | | | | | | |
|----|---|---|--|---|-------|--|
| 44 | ТБ. Волейбол. Передача мяча через сетку двумя руками сверху и перевод мяча за голову. Спортивная игра. | 1 | | 1 | 15.02 | |
| 45 | ТБ. Волейбол. Передача мяча через сетку двумя руками сверху и перевод мяча за голову. Спортивная игра. | 1 | | 1 | 20.02 | |
| 46 | ТБ. Волейбол. Передача мяча через сетку двумя руками сверху и перевод мяча за голову. Спортивная игра. | 1 | | 1 | 22.02 | |
| 47 | ТБ. Волейбол. Передача мяча через сетку двумя руками сверху и перевод мяча за голову. Спортивная игра. | 1 | | 1 | 27.02 | |
| 48 | ТБ. Футбол. Средние и длинные передачи мяча по прямой и диагонали. Спортивная игра. | 1 | | 1 | 29.02 | |
| 49 | ТБ. Футбол. Средние и длинные передачи мяча по прямой и диагонали Спортивная игра. | 1 | | 1 | 05.03 | |
| 50 | ТБ. Футбол. Средние и длинные передачи мяча по прямой и диагонали. Спортивная игра. | 1 | | 1 | 07.03 | |
| 51 | ТБ. Футбол. Тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии. Спортивная игра. | 1 | | 1 | 12.03 | |
| 52 | ТБ. Футбол. | 1 | | 1 | 14.03 | |

| | | | | | | |
|----|---|---|--|---|-------|--|
| | Тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии. Спортивная игра. | | | | | |
| 53 | ТБ. Футбол. Тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии. Спортивная игра. | 1 | | 1 | 19.03 | |
| 54 | ТБ. Футбол. Тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии. Спортивная игра. | 1 | | 1 | 21.03 | |
| 55 | ТБ. Футбол. Совершенствование ранее разученные технические тактические действия с мячом. Спортивная игра. | 1 | | 1 | 02.04 | |
| 56 | Техника безопасности. Подвижные и спортивные игры. | 1 | | 1 | 04.04 | |
| 57 | Правила техники безопасности на уроках. ТБ. Комплекс ГТО «Физическая подготовка». | 1 | | 1 | 09.04 | |
| 58 | Укрепление здоровья через ВФСК ГТО . ТБ. ГТО. Бег 30 м, 60 м. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Развитие гибкости. | 1 | | 1 | 11.04 | |
| 59 | ТБ. ГТО. Бег 1500 м, 2000 м. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. | 1 | | 1 | 16.04 | |
| 60 | ТБ. ГТО. Подтягивание из виса | 1 | | 1 | 18.04 | |

| | | | | | | |
|----|--|---|--|---|-------|--|
| 61 | на высокой и низкой (девочки) перекладине. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. ТБ. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу или на гимнастической скамье. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. | 1 | | 1 | 23.04 | |
| 62 | ТБ. ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты. | 1 | | 1 | 25.04 | |
| 63 | ТБ. ГТО. Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги». Эстафеты, подвижные и спортивные игры. . | 1 | | 1 | 30.04 | |
| 64 | ТБ. Челночный бег 3х10м. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Развитие силовых способностей. | 1 | | 1 | 07.05 | |
| 65 | ТБ. Метание теннисного мяча весом 150гр. Метание теннисного мяча в цель. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. . | 1 | | 1 | 14.05 | |
| 66 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры | 1 | | 1 | 16.05 | |
| 67 | «Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и | 1 | | 1 | 21.05 | |

| | | | | | | |
|-------------------------------------|--|----|--|----|-------|--|
| | техники выполнения испытаний (тестов) 4 ступени ГТО. | | | | | |
| 68 | «Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 4 ступени ГТО. | 1 | | 1 | 23.05 | |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 68 | | 68 | | |

