

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
АДМИНИСТРАЦИЯ ЧЕРНОМОРСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ, МОЛОДЕЖИ И СПОРТА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«МЕЖВОДНЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА ИМЕНИ ГАЙДУКОВА АНДРЕЯ НИКОЛАЕВИЧА»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЧЕРНОМОРСКИЙ РАЙОН РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

_____ О.Д.Киченко

«28»_августа 2026г

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

_____ Е.А. Черкашина

Приказ от «28»августа 2026г.№465 Д

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
к адаптированной рабочей программе учебного предмета
«Физическая культура (Адаптивная физическая культура)»
начального общего образования (вариант 7.2)
для обучающегося 3 – Б класса
2026/2027 учебный год**

Составила Бийтуллаева Г.У.,
учитель начальных классов

Рассмотрено на заседании МО

учителей начальных классов

Руководитель МО _____ Ю. В. Петрунина

Протокол от «28» августа 2026 г. № 1

№ п/п	Тема урока	Кол- во	Дата		Примечание
			По плану	Факт	
1	Физическая культура у древних народов	1			
2	История появления современного спорта	1			
3	Виды физических упражнений	1			
4	Измерение пульса на занятиях физической культурой	1			
5	Дозировка физических нагрузок	1			
6	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств	1			
7	Закаливание организма под душем	1			
8	Дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз	1			
9	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1			
10	Броски набивного мяча	1			
11	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1			
12	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель	1			
13	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3х10 м	1			
14	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1			
15	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30 м	1			
16	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 2 км	1			
17	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1			
18	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1			
19	Подвижные игры с приемами баскетбола	1			
20	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1			
21	Подвижные игры с приемами баскетбола	1			
22	Спортивная игра волейбол	1			
23	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1			
24	Подвижные игры с элементами спортивных игр.	1			
25	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом (теория)	1			
26	Спуски и подъёмы на лыжах. Подъем лесенкой (теория)	1			
27	Торможение на лыжах способом «плут» при спуске с пологого склона(теория)	1			
28	Повороты на лыжах способом переступания в движении (теория)	1			

29	Гонка мячей и слалом с мячом. Футбольный бильярд	1			
30	Бросок ногой. Подвижные игры на развитие равновесия	1			
31	Подвижные игры с приемами футбола. Игры с приемами футбола: метко в цель	1			
32	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики. Передвижения по гимнастической скамейке	1			
33	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.	1			
34	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине	1			
35	Строевые упражнения. Прыжки через скакалку.	1			
36	Техника выполнения упражнений ГТО II ступени на координационно-скоростные способности: прыжок в длину с места толчком с двух ног	1			
37	Техника выполнения упражнений ГТО II ступени на координационно-скоростные способности: метание мяча в заданную плоскость	1			
38	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1			
39	Передвижения по гимнастической скамейке.	1			
40	Ритмическая гимнастика	1			
41	Прыжки через скакалку	1			
42	Танцевальные упражнения из танца галоп	1			
43	Танцевальные упражнения из танца полька	1			
44	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.	1			
45	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3x10 м	1			
46	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1			
47	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1			
48	Упражнения ознакомительного плавания: погружение в воду и всплытие (теория)	1			
49	Разучивание специальных плавательных упражнений (теория)	1			
50	Упражнения в плавании брассом. Упражнения в плавании кролем на груди (теория)	1			
51	Упражнения ознакомительного плавания: передвижение по дну ходьбой и прыжками (теория)	1			
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ: 51				