

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ШКОЛА-ГИМНАЗИЯ № 39 ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА
КРЕЙЗЕРА Я.Г.» МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ
СИМФЕРОПОЛЬ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

| | | |
|---|---|---|
| Рассмотрена и рекомендована к утверждению школьным методическим объединением учителей физической культуры протокол № 1 от «25» 08. 2022г. | СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР МБОУ «Школа-гимназия №39 им. Крейзера Я.Г.» г. Симферополя _____ А.А Крутских «30» 08. 2022г. | УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ «Школа-гимназия №39» им. Крейзера Я.Г.» г. Симферополя _____ Н.В. Киричкова Приказ № 479 от «30» 08. 2022г. |
|---|---|---|

**Календарно-тематической планирование
по физической культуре
для _1_ «_Б_» класса
на 2022/2023 учебный год**

**количество часов в неделю: _2_
количество часов в год: _66_**

Составитель: учитель
Ерёмина О.В.

г. Симферополь,
2022 г.

Учебно- тематический план
(в том числе с учетом рабочей программы воспитания)

| № п/п | Разделы программы | Модуль про- граммы воспи- тания «Школь- ный урок» | Электронно- образова- тельные ресурсы | Коли- чест- во часов | Тесты |
|---------------|---|--|--|-------------------------------|-------|
| 1 | Знания о физической культуре Способы физкультур- ной деятельности | Всероссийский открытый урок «ОБЖ» (действия в условиях различного рода ЧС) День солидарности в борьбе с терроризмом | https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5738/start/168896/ | 4 | 1 |
| 2 | Способы самостоя- тельной деятельности | Режим дня школьника | https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/ | 2 | |
| 3 | Физическое совер- шенствование | Гигиена человека. Способы трени- ровки правильной осанки | https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/326357/ | 3 | |
| 4 | Лёгкая атлетика Спортивно- оздоровительная фи- зическая культура | Неделя безопасности дорожного движения Международный день учителя | tp://www.studfiles.ru/preview/5569461/ Учебник по физической культуре В.И.Лях 1-4 классы | 24 1 | 5 |
| 5 | Гимнастика с основа- ми акробатики | Международный день толерантности Всероссийский урок «История самбо» | https://resh.edu.ru/subject/lesson/5746/start/189544/ | 10 | 1 |
| 6 | Подвижные игры с элементами спортив- ных игр | День героев Отечества День добровольца | https://resh.edu.ru/subject/lesson/4235/start/189725/ | 5 | 1 |
| 7 | Подвижные игры | День защитника Отечества Предметная неде- ля Международный день защиты де- тей | https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/326665/ | 17 | 1 |
| ИТОГО: | | | | 66 | |

Календарно – тематический план 1-б класс

| № урока | Тема урока | Колич часов | Дата проведения | |
|--|---|----------------|-------------------------|------|
| | | | план | факт |
| 1 четверть (17 ч). Знания о физической культуре (2ч) | | | | |
| 1 | Вводный инструктаж по ТБ на уроках физической культуры. Знания о физической культуре. | 1 | 01.09 | |
| 2 | Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья и физическому развитию. | 1 | 05.09 | |
| Способы самостоятельной деятельности (2 ч) | | | | |
| 3 | ТБ. Режим дня, правила его составления и соблюдения. | 1 | 08.09 | |
| 4 | ТБ. Ознакомление с таблицей режима дня и правилами ее оформления. | 1 | 12.09 | |
| Физическое совершенствование (3 ч) | | | | |
| 5 | ТБ. Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур. | 1 | 15.09 | |
| 6 | ТБ. Осанка и комплексы упражнений для ее правильного развития. Игра. | 1 | 19.09 | |
| 7 | ТБ. Физические упражнения для физкультминуток и утренней зарядки. | 1 | 22.09 | |
| Спортивно-оздоровительная физическая культура (1ч) | | | | |
| 8 | ТБ. Правила поведения на уроках ФК, подбор одежды для занятий. Строевые упражнения. | 1 | 26.09 | |
| Легкая атлетика (9 ч) | | | | |
| 9 | ТБ. Строевые упражнения. Подвижная игра | 1 | 29.09 | |
| 10 | ТБ. Равномерная ходьба в колонне по одному с изменением скорости передвижения. Строевые упражнения. Игра. | 1 | 03.10 | |
| 11 | ТБ. Равномерный бег (3мин). Чередование ходьбы и бега. Подвижные игра: «День и ночь». | 1 | 06.10 | |
| 12 | ТБ. Равномерный бег в колонне по одному с разной скоростью передвижения. (5 мин). Строевые упражнения. Игра. | 1 | 10.10 | |
| 13 | ТБ. Равномерный бег в колонне по одному с невысокой скоростью. Игра. | 1 | 13.10 | |
| 14 | ТБ. Прыжок в длину с места. Расположение у стартовой линии, принятие исходного положения. Игра | 1 | 17.10 | |
| 15 | ТБ. Прыжок в длину с места, фазы полета, разучивание фазы отталкивание. Игра | 1 | 20.10 | |
| 16 | ТБ. Обучение приземлению после спрыгивания с горки матов. Игра. | 1 | 24.10 | |
| 17 | ТБ. Обучение прыжку в длину с места в полной координации. | 1 | 27.10 | |
| 2 четверть (16ч). Знания о физической культуре (1ч) | | | | |
| 18 | Инструкция по ТБ. Исходные положения в физических упражнениях. Строевые упражнения. | 1 | 07.11 | |
| Гимнастика (10ч). | | | | |
| 19 | ТБ. Исходные положения в физических упражнениях: стойка, упоры, седы. Игра. | 1 | 10.11 кор. (по пон.) | |
| 20 | ТБ. Акробатические упражнения: подъем | 1 | 14.11 | |

| | | | | |
|--|---|---|-------|--|
| | туловища из положения лежа на спине. Игра | | | |
| 21 | ТБ. Элементы акробатики. Строевые упражнения. Игра. | 1 | 17.11 | |
| 22 | ТБ. Элементы акробатики. Строевые упражнения- оценка техники выполнения упражнений. Игра. | 1 | 21 | |
| 23 | ТБ. Элементы акробатики. Ходьба в равновесии. Игра. | 1 | 24 | |
| 24 | ТБ. Элементы акробатики- оценка техники выполнения. Выполнение команд. Игра. | 1 | 28 | |
| 25 | ТБ. Висы. Выполнение команд. Перелезание. Эстафеты. Игра. | 1 | 01.12 | |
| 26 | ТБ. Висы. Выполнение команд. Перелезание. Эстафеты. Игра. | 1 | 05.12 | |
| 27 | ТБ. Подтягивания. Лазание по наклонной скамейке. Игра. | 1 | 08.12 | |
| 28 | ТБ. Подтягивания на результат. Лазание по наклонной скамейке. | 1 | 12.12 | |
| Подвижные игры с элементами спортивных игр (5 ч) | | | | |
| 29 | ТБ. Ловля и передача мяча. Игра | 1 | 15.12 | |
| 30 | ТБ. Ловля и передача мяча. Эстафеты | 1 | 19.12 | |
| 31 | ТБ. Ловля и передача мяча. Игра. | 1 | 22.12 | |
| 32 | Броски и ловля мяча на месте Эстафеты и подвижные игры. | 1 | 26.12 | |
| 33 | Броски и ловля мяча в движении. Эстафеты и подвижные игры. | 1 | 29.12 | |
| 3 четверть (18 ч). Знания о физической культуре (1ч). | | | | |
| 34 | ТБ. Ознакомление с видами спорта, входящих в Олимпийские игры | 1 | 09.01 | |
| Подвижные игры (17ч) | | | | |
| 35 | ТБ. Игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву». Эстафеты | 1 | 12.01 | |
| 36 | ТБ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод». Эстафеты. | 1 | 16.01 | |
| 37 | ТБ. Игры «Белые медведи», «День и ночь» Эстафеты с обручами. | 1 | 19.01 | |
| 38 | ТБ. Игры «Удочка», «Зайцы в огороде». Эстафеты. | 1 | 23.01 | |
| 39 | ТБ. Игры «Прыжки по полосам», «Светофор». Эстафеты. | 1 | 26.01 | |
| 40 | ТБ. Игры «Эстафеты зверей», «Метко в цель», | 1 | 30.01 | |
| 41 | ТБ. Игры «Белые медведи», «Светофор». Эстафеты. | 1 | 02.02 | |
| 42 | ТБ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. | 1 | 06.02 | |
| 43 | ТБ. Игры «Мышеловка», «День и ночь». | 1 | 09.02 | |
| 44 | ТБ. Игры «Удочка», «Мышеловка». Эстафеты с обручами. | 1 | 13.02 | |
| 45 | ТБ. Игры «Прыжки по полосам», «Мышеловка»». Эстафеты | 1 | 16.02 | |
| 46 | ТБ. Игра «Третий лишний», «Два мороза». Эстафеты. | 1 | 27.02 | |
| 47 | ТБ. Игры «Третий лишний», «Зайцы в огороде». | 1 | 02.03 | |

| | | | | |
|---|---|---|-------|--|
| | Эстафеты. | | | |
| 48 | ТБ. Игры: «Светофор», «Волк во рву». Эстафеты | 1 | 06.03 | |
| 49 | ТБ. Игра «Метко в цель», «Два Мороза». Эстафеты. | 1 | 09.03 | |
| 50 | ТБ. Игры «Мышеловка», «День и ночь». | 1 | 13.03 | |
| 51 | ТБ. Игры «Третий лишний», «Зайцы в огороде». Эстафеты. | 1 | 16.03 | |
| 4 четверть (15 ч). Прикладно-ориентированная физическая культура | | | | |
| Легкая атлетика | | | | |
| 52 | ТБ. Обучение равномерной ходьбе в колонне по одному с изменением скорости движения. Подвижная игра. | 1 | 27.03 | |
| 53 | ТБ. Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью. Игра. | 1 | 30.03 | |
| 54 | ТБ. Равномерный бег в колонне по одному с невысокой скоростью. Эстафеты. | 1 | 03.04 | |
| 55 | ТБ. Техника выполнения низкого старта. Бег на скорость (30 м). Игра. | 1 | 06.04 | |
| 56 | ТБ. Низкий старт. Закрепление техники низкого старта, бег 30м. Подвижная игра «Салки». | 1 | 10.04 | |
| 57 | ТБ. Техника спринтерского бега. Челночный бег 3х10 м. Игра. | 1 | 13.04 | |
| 58 | ТБ. Техника спринтерского бега. Челночный бег 3х10 м. (тестирование) . Игра. | 1 | 20.04 | |
| 59 | ТБ. Приемы и навыки на закрепление учебного материала по бегу. Подвижная игра «К своим флажкам», | 1 | 24.04 | |
| 60 | ТБ. Приемы и навыки на закрепление учебного материала по бегу. Подтягивания. Подвижная игра | 1 | 27.04 | |
| 61 | ТБ. Общеразвивающие упражнения. Бег (60м). Тестирование (подтягивание) Игра. | 1 | 04.05 | |
| 62 | ТБ. Обучение отталкивания при выполнении прыжка в длину с места Эстафеты. | 1 | 11.05 | |
| 63 | ТБ. Обучение приземлению при выполнении прыжка в длину с места. | 1 | 15.05 | |
| 64 | ТБ. Прыжок в длину с места (тестирование). Подвижная игра. | 1 | 18.05 | |
| 65 | ТБ. Метание теннисного мяча на дальность. Бросок в цель. Игра. | 1 | 22.05 | |
| 66 | ТБ. Метание теннисного мяча на дальность. Игра. | 1 | 25.05 | |

**Лист корректировки рабочей программы
по физической культуре
Учитель Ерёмина О.В.**

[illegible]