

**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 №532 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 программы воспитания «Школьный урок»	Электронно- образовательные ресурсы	Количество часов	Тесты
1	Знания о физической культуре Способы физкультурной 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 самостоятельной деятельности	Режим дня школьника	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/	2	
3	Физическое совершенствование	Гигиена человека. Способы тренировки правильной осанки	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/326357/	3	
4	Лёгкая атлетика Спортивно-оздоровительная физическая культура	Неделя безопасности дорожного движения Международный день учителя	tp://www.studfiles.ru/preview/5569ht461/ Учебник по физической культуре В.И.Лях 1-4 классы	24 1	5
5	Гимнастика с основами акробатики	Международный день толерантности Всероссийский урок «История самбо»	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5746/start/189544/	10	1
6	Подвижные игры с элементами спортивных игр	День героев Отечества День добровольца	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4235/start/189725/	5	1
7	Подвижные игры	День защитника Отечества Предметная неделя Международный день защиты детей	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]