

Заместитель директора по УВР



Нагорных Т.Ю.

подпись

расшифровка подписи

«30»августа 2023г

## **КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**по «Физической культуре»**

Класс: 7

Учитель: Власова Д.А.

Количество часов: всего –68 в неделю - 2

Планирование составлено на основе рабочей программы по  
«Физической культуре»  
утвержденной на заседании педагогического совета от «30» августа 2021г  
протокол №1 введенной в действие приказом  
№1/67 от «30» августа 2021г.

И изменений к рабочей программе по физической культуре, утвержденными  
решением педагогического совета от 30.08.2023 года, протокол № 1, введенными в  
действие приказом №1/82 от 30.08.2023 года.

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы
1	Истоки развития олимпизма в России	1		5.09
2	Олимпийское движение в СССР и современной России	1		6.09
3	Воспитание качеств личности на занятиях физической культурой и спортом	1		12.09
4	Соблюдение правил техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями	1		13.09
5	Способы и процедуры оценивания техники двигательных действий	1		19.09
6	Планирование занятий технической подготовкой	1		20.09
7	Оценивание оздоровительного эффекта занятий физической культурой	1		26.09
8	Упражнения для коррекции телосложения	1		27.09
9	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1		3.10

10	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1	4.10
11	Акробатические комбинации	1	10.10
12	Акробатические пирамиды	1	11.10
13	Стойка на голове с опорой на руки	1	17.10
14	Комбинация на низкой гимнастической перекладине	1	18.10
15	Комбинация на низкой гимнастической перекладине	1	24.10
16	Лазанье по канату в два приёма	1	25.10
17	Преодоление препятствий наступанием	1	7.11
18	Преодоление препятствий прыжковым бегом	1	8.11
19	Эстафетный бег	1	14.11
20	Эстафетный бег	1	15.11
21	Прыжки с разбега в длину и в высоту	1	21.11
22	Прыжки с разбега в длину и в высоту	1	22.11
23	Метание малого мяча в катящуюся мишень	1	28.11
24	Метание малого мяча в катящуюся мишень	1	29.11
25	Торможение на лыжах способом «упор»	1	5.12

26	Торможение на лыжах способом «упор»	1	6.12
27	Поворот упором при спуске с пологого склона	1	12.12
28	Поворот упором при спуске с пологого склона	1	13.12
29	Преодоление естественных препятствий на лыжах	1	19.12
30	Преодоление естественных препятствий на лыжах	1	20.12
31	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1	26.12
32	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1	27.12
33	Спуски и подъёмы во время прохождения учебной дистанции	1	9.01
34	Спуски и подъёмы во время прохождения учебной дистанции	1	10.01
35	Передача мяча после отскока от пола	1	16.01
36	Передача мяча после отскока от пола	1	17.01
37	Ловля мяча после отскока от пола	1	23.01
38	Ловля мяча после отскока от пола	1	24.01
39	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения	1	30.01

40	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения	1	31.01
41	Бросок мяча в корзину двумя рукам от груди после ведения	1	6.02
42	Бросок мяча в корзину двумя рукам от груди после ведения	1	7.02
43	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	13.02
44	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	14.02
45	Верхняя прямая подача мяча	1	20.02
46	Верхняя прямая подача мяча	1	21.02
47	Передача мяча через сетку двумя руками сверху	1	27.02
48	Передача мяча через сетку двумя руками сверху	1	28.02
49	Перевод мяча за голову	1	5.03
50	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	6.03
51	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	12.03
52	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных	1	13.03

	нормативов 4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах		
53	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1	19.03
54	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м	1	20.03
55	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м	1	2.04
56	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м	1	3.04
57	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м	1	9.04
58	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км	1	10.04
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 2 км	1	16.04
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 2 км	1	17.04
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса	1	23.04

	на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1	24.04
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1	7.05
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1	8.05
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1	14.05
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	1	15.05
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1	21.05
68	Фестиваль «Мы и ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения	1	22.05

испытаний (тестов) 4  
ступени

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО  
ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ

68

0

0

