

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

КОРЁЖСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

Рассмотрено

Согласовано

Утверждаю

на заседании педагогического совета

зам. директора по УВР

Приказ № 105 от «30» августа 2024г

_____/М. С. Виноградова /

Директор школы _____/М.В. Кушнир/

БУЙСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ

Календарно-тематическое планирование

по физической культуре в 5 классе

основное общее образование

п. Корёга, 2024 г

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Физическая культура в основной школе	1			02.09.2024	Физическая культура - Российская электронная школа
2	Физическая культура и здоровый образ жизни человека	1			03.09	Физическая культура - Российская электронная школа
3	Олимпийские игры древности	1			05.09	Физическая культура - Российская электронная школа
4	Режим дня	1			09.09	Физическая культура - Российская электронная школа
5	Наблюдение за физическим развитием	1			10.09	Физическая культура - Российская электронная школа
6	Организация и проведение самостоятельных занятий	1			12.09	Физическая культура - Российская электронная школа
7	Определение состояния организма	1			16.09	Физическая культура - Российская электронная школа
8	Составление дневника по физической культуре	1			17.09	Физическая культура - Российская электронная школа
9	Упражнения утренней зарядки	1			19.09	Физическая культура - Российская электронная школа
10	Оздоровительные мероприятия в режиме учебной деятельности	1			23.09	Физическая культура - Российская электронная школа

11	Оздоровительные мероприятия в режиме учебной деятельности	1			24.09	Физическая культура - Российская электронная школа
12	Упражнения на развитие гибкости	1			25.09	Физическая культура - Российская электронная школа
13	Упражнения на развитие координации	1			30.09	Физическая культура - Российская электронная школа
14	Упражнения на формирование телосложения	1			01.10	Физическая культура - Российская электронная школа
15	Кувырок вперёд и назад в группировке	1			03.10	Физическая культура - Российская электронная школа
16	Кувырок вперёд ноги «скрестно»	1			07.10	Физическая культура - Российская электронная школа
17	Кувырок назад из стойки на лопатках	1			08.10	Физическая культура - Российская электронная школа
18	Опорные прыжки	1			10.10	Физическая культура - Российская электронная школа
19	Опорные прыжки	1			14.10	Физическая культура - Российская электронная школа
20	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1			15.10	Физическая культура - Российская электронная школа
21	Упражнения на гимнастической лестнице	1			17.10	Физическая культура - Российская электронная школа
22	Упражнения на гимнастической скамейке	1			21.10	Физическая культура - Российская электронная школа
23	Бег на длинные дистанции	1			22.10	Физическая культура - Российская электронная школа
24	Бег на длинные дистанции	1			24.10	Физическая культура -

						Российская электронная школа
25	Бег на короткие дистанции	1			05.11	Физическая культура - Российская электронная школа
26	Бег на короткие дистанции	1			07.11	Физическая культура - Российская электронная школа
27	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1			11.11	Физическая культура - Российская электронная школа
28	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1			12.11	Физическая культура - Российская электронная школа
29	Метание малого мяча в неподвижную мишень	1			14.11	Физическая культура - Российская электронная школа
30	Метание малого мяча на дальность	1			18.11	Физическая культура - Российская электронная школа
31	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	1			19.11	Физическая культура - Российская электронная школа
32	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	1			21.11	Физическая культура - Российская электронная школа
33	Повороты на лыжах способом переступания	1			25.11	Физическая культура - Российская электронная школа
34	Повороты на лыжах способом переступания	1			26.11	Физическая культура - Российская электронная школа
35	Подъём в горку на лыжах способом «лесенка»	1			28.11	Физическая культура - Российская электронная школа
36	Подъём в горку на лыжах способом «лесенка»	1			02.12	Физическая культура - Российская электронная школа
37	Спуск на лыжах с пологого склона	1			03.12	Физическая культура - Российская электронная школа

38	Спуск на лыжах с пологого склона	1			05.12	Физическая культура - Российская электронная школа
39	Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	1			09.12	Физическая культура - Российская электронная школа
40	Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	1			10.12	Физическая культура - Российская электронная школа
41	Техника ловли мяча	1			12.12	Физическая культура - Российская электронная школа
42	Техника ловли мяча	1			16.12	Физическая культура - Российская электронная школа
43	Техника передачи мяча	1			17.12	Физическая культура - Российская электронная школа
44	Техника передачи мяча	1			19.12	Физическая культура - Российская электронная школа
45	Ведение мяча стоя на месте	1			23.12	Физическая культура - Российская электронная школа
46	Ведение мяча стоя на месте	1			24.12	Физическая культура - Российская электронная школа
47	Ведение мяча в движении	1			26.12	Физическая культура - Российская электронная школа
48	Ведение мяча в движении	1			13.01.2025	Физическая культура - Российская электронная школа
49	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	1			14.01	Физическая культура - Российская электронная школа
50	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	1			16.01	Физическая культура - Российская электронная школа
51	Технические действия с мячом	1			20.01	Физическая культура -

						Российская электронная школа
52	Технические действия с мячом	1			21.01	Физическая культура - Российская электронная школа
53	Прямая нижняя подача мяча	1			23.01	Физическая культура - Российская электронная школа
54	Прямая нижняя подача мяча	1			27.01	Физическая культура - Российская электронная школа
55	Приём и передача мяча снизу	1			28.01	Физическая культура - Российская электронная школа
56	Приём и передача мяча снизу	1			30.01	Физическая культура - Российская электронная школа
57	Приём и передача мяча сверху	1			03.02	Физическая культура - Российская электронная школа
58	Приём и передача мяча сверху	1			04.02	Физическая культура - Российская электронная школа
59	Технические действия с мячом	1			06.02	Физическая культура - Российская электронная школа
60	Технические действия с мячом	1			10.02	Физическая культура - Российская электронная школа
61	Технические действия с мячом	1			11.02	Физическая культура - Российская электронная школа
62	Технические действия с мячом	1			13.02	Физическая культура - Российская электронная школа
63	Удар по мячу внутренней стороной стопы	1			17.02	Физическая культура - Российская электронная школа
64	Удар по мячу внутренней стороной стопы	1			18.02	Физическая культура - Российская электронная школа

65	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1			20.02	Физическая культура - Российская электронная школа
66	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1			24.02	Физическая культура - Российская электронная школа
67	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1			25.02	Физическая культура - Российская электронная школа
68	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1			27.02	Физическая культура - Российская электронная школа
69	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1			03.03	Физическая культура - Российская электронная школа
70	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1			04.03	Физическая культура - Российская электронная школа
71	Ведение футбольного мяча «змейкой»	1			06.03	Физическая культура - Российская электронная школа
72	Обводка мячом ориентиров	1			10.03	Физическая культура - Российская электронная школа
73	История ВФСК ГТО и ГТО в наши дни. Правила выполнения спортивных нормативов 3 ступени. Физическая подготовка	1			11.03	Физическая культура - Российская электронная школа
74	Правила ТБ на уроках при подготовке к ГТО. ЗОЖ. Первая помощь при травмах	1			13.03	Физическая культура - Российская электронная школа
75	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м. Эстафеты	1			17.03	Физическая культура - Российская электронная школа
76	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м. Эстафеты	1			18.03	Физическая культура - Российская электронная школа

77	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м	1			20.03	Физическая культура - Российская электронная школа
78	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м	1			01.04	Физическая культура - Российская электронная школа
79	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1			03.04	Физическая культура - Российская электронная школа
80	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1			07.04	Физическая культура - Российская электронная школа
81	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1			08.04	Физическая культура - Российская электронная школа
82	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1			10.04	Физическая культура - Российская электронная школа
83	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1			14.04	Физическая культура - Российская электронная школа
84	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1			15.04	Физическая культура - Российская электронная школа
85	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание	1			17.04	Физическая культура - Российская электронная школа

	из вися лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты					
86	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из вися лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			21.04	Физическая культура - Российская электронная школа
87	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			22.04	Физическая культура - Российская электронная школа
88	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			24.04	Физическая культура - Российская электронная школа
89	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			28.04	Физическая культура - Российская электронная школа
90	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			29.04	Физическая культура - Российская электронная школа
91	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			05.05	Физическая культура - Российская электронная школа
92	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание	1			06.05	Физическая культура - Российская электронная школа

	туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры					
93	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1			12.05	Физическая культура - Российская электронная школа
94	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1			13.05	Физическая культура - Российская электронная школа
95	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1			15.05	Физическая культура - Российская электронная школа
96	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1			19.05	Физическая культура - Российская электронная школа
97	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Плавание 50м. Подвижные игры	1			20.05	Физическая культура - Российская электронная школа
98	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Плавание 50м. Подвижные игры	1			22.05	Физическая культура - Российская электронная школа
99	Летний фестиваль ГТО. (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1			23.05	Физическая культура - Российская электронная школа
100	Летний фестиваль ГТО. (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1			26.05	Физическая культура - Российская электронная школа

101	Зимний фестиваль ГТО. (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1			27.05	Физическая культура - Российская электронная школа
102	Зимний фестиваль ГТО. (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1			29.05	Физическая культура - Российская электронная школа
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102				

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
КОРЁЖСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА**

Рассмотрено

Согласовано

Утверждаю

на заседании педагогического совета

зам. директора по УВР

Приказ № 105 от «30» августа 2024г

_____/М. С. Виноградова /

Директор школы _____/М.В. Кушнир/

БУЙСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ

Календарно-тематическое планирование

по физической культуре в 6 классе

основное общее образование

п. Корёга, 2024 г

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контр ольны е работ ы	Практи ческие работы		
1	Возрождение Олимпийских игр	1			02.09.2024	Физическая культура - Российская электронная школа
2	Символика и ритуалы Олимпийских игр	1			03.09	Физическая культура - Российская электронная школа
3	История первых Олимпийских игр современности	1			04.09	Физическая культура - Российская электронная школа
4	Составление дневника физической культуры	1			09.09	Физическая культура - Российская электронная школа
5	Физическая подготовка человека	1			10.09	Физическая культура - Российская электронная школа
6	Основные показатели физической нагрузки	1			11.09	Физическая культура - Российская электронная школа
7	Составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой	1			16.09	Физическая культура - Российская электронная школа
8	Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах	1			17.09	Физическая культура - Российская электронная школа
9	Упражнения для коррекции телосложения	1			18.09	Физическая культура - Российская электронная школа

10	Упражнения для профилактики нарушения зрения	1			23.09	Физическая культура - Российская электронная школа
11	Упражнения для профилактики нарушений осанки	1			24.09	Физическая культура - Российская электронная школа
12	Акробатические комбинации	1			25.09	Физическая культура - Российская электронная школа
13	Акробатические комбинации	1			30.09	Физическая культура - Российская электронная школа
14	Опорные прыжки через гимнастического козла	1			01.10	Физическая культура - Российская электронная школа
15	Опорные прыжки через гимнастического козла	1			02.10	Физическая культура - Российская электронная школа
16	Опорные прыжки через гимнастического козла	1			07.10	Физическая культура - Российская электронная школа
17	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1			08.10	Физическая культура - Российская электронная школа
18	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1			09.10	Физическая культура - Российская электронная школа
19	Упражнения на невысокой гимнастической перекладине	1			14.10	Физическая культура - Российская электронная школа
20	Упражнения на невысокой гимнастической перекладине	1			15.10	Физическая культура - Российская электронная школа
21	Лазание по канату в три приема	1			16.10	Физическая культура - Российская электронная школа
22	Лазание по канату в три приема	1			21.10	Физическая культура - Российская электронная школа
23	Упражнения ритмической	1			22.10	Физическая культура -

	гимнастики					Российская электронная школа
24	Упражнения ритмической гимнастики	1			23.10	Физическая культура - Российская электронная школа
25	Упражнения ритмической гимнастики	1			05.11	Физическая культура - Российская электронная школа
26	Старт с опорой на одну руку с последующим ускорением	1			06.11	Физическая культура - Российская электронная школа
27	Старт с опорой на одну руку с последующим ускорением	1			11.11	Физическая культура - Российская электронная школа
28	Спринтерский бег	1			12.11	Физическая культура - Российская электронная школа
29	Спринтерский бег	1			13.11	Физическая культура - Российская электронная школа
30	Гладкий равномерный бег	1			18.11	Физическая культура - Российская электронная школа
31	Гладкий равномерный бег	1			19.11	Физическая культура - Российская электронная школа
32	Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	1			20.11	Физическая культура - Российская электронная школа
33	Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	1			25.11	Физическая культура - Российская электронная школа
34	Прыжковые упражнения в длину и высоту	1			26.11	Физическая культура - Российская электронная школа
35	Метание малого мяча по движущейся мишени	1			27.11	Физическая культура - Российская электронная школа

36	Передвижение одновременным одношажным ходом	1			02.12	Физическая культура - Российская электронная школа
37	Передвижение одновременным одношажным ходом	1			03.12	Физическая культура - Российская электронная школа
38	Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона	1			04.12	Физическая культура - Российская электронная школа
39	Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона	1			09.12	Физическая культура - Российская электронная школа
40	Упражнения лыжной подготовки	1			10.12	Физическая культура - Российская электронная школа
41	Передвижения по учебной дистанции, повороты, спуски, торможение	1			11.12	Физическая культура - Российская электронная школа
42	Передвижения по учебной дистанции, повороты, спуски, торможение	1			16.12	Физическая культура - Российская электронная школа
43	Передвижение в стойке баскетболиста	1			17.12	Физическая культура - Российская электронная школа
44	Передвижение в стойке баскетболиста	1			18.12	Физическая культура - Российская электронная школа
45	Прыжки вверх толчком одной ногой	1			23.12	Физическая культура - Российская электронная школа
46	Прыжки вверх толчком одной ногой	1			24.12	Физическая культура - Российская электронная школа
47	Остановка двумя шагами и прыжком	1			25.12	Физическая культура - Российская электронная школа
48	Остановка двумя шагами и прыжком	1			13.01.2025	Физическая культура -

						Российская электронная школа
49	Упражнения в ведении мяча	1			14.01	Физическая культура - Российская электронная школа
50	Упражнения в ведении мяча	1			15.01	Физическая культура - Российская электронная школа
51	Упражнения на передачу и броски мяча	1			20.01	Физическая культура - Российская электронная школа
52	Упражнения на передачу и броски мяча	1			21.01	Физическая культура - Российская электронная школа
53	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1			22.01	Физическая культура - Российская электронная школа
54	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1			27.01	Физическая культура - Российская электронная школа
55	Приём мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1			28.01	Физическая культура - Российская электронная школа
56	Приём мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1			29.01	Физическая культура - Российская электронная школа
57	Передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1			03.02	Физическая культура - Российская электронная школа
58	Передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1			04.02	Физическая культура - Российская электронная школа
59	Игровая деятельность с использованием технических приёмов в подаче мяча	1			05.02	Физическая культура - Российская электронная школа
60	Игровая деятельность с	1			10.02	Физическая культура -

	использованием технических приёмов в подаче мяча					Российская электронная школа
61	Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху	1			11.02	Физическая культура - Российская электронная школа
62	Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху	1			12.02	Физическая культура - Российская электронная школа
63	Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча снизу и сверху	1			17.02	Физическая культура - Российская электронная школа
64	Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча снизу и сверху	1			18.02	Физическая культура - Российская электронная школа
65	Удар по катящемуся мячу с разбега	1			19.02	Физическая культура - Российская электронная школа
66	Удар по катящемуся мячу с разбега	1			24.02	Физическая культура - Российская электронная школа
67	Игровая деятельность с использованием технических приёмов остановки мяча	1			25.02	Физическая культура - Российская электронная школа
68	Игровая деятельность с использованием технических приёмов остановки мяча	1			26.02	Физическая культура - Российская электронная школа
69	Игровая деятельность с использованием технических	1			03.03	Физическая культура - Российская электронная школа

	приёмов передачи мяча					
70	Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча	1			04.03	Физическая культура - Российская электронная школа
71	Игровая деятельность с использованием технических приёмов ведения мяча	1			05.03	Физическая культура - Российская электронная школа
72	Игровая деятельность с использованием технических приёмов обводки	1			10.03	Физическая культура - Российская электронная школа
73	История ВФСК ГТО и ГТО в наши дни. Правила выполнения спортивных нормативов 3-4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1			11.03	Физическая культура - Российская электронная школа
74	История ВФСК ГТО и ГТО в наши дни. Правила выполнения спортивных нормативов 3-4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1			12.0317.03	Физическая культура - Российская электронная школа
75	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. Эстафеты	1			18.03	Физическая культура - Российская электронная школа
76	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. Эстафеты	1			19.03	Физическая культура - Российская электронная школа
77	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на	1			01.04	Физическая культура - Российская электронная школа

	1000м и 1500м					
78	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м и 1500м	1			02.04	Физическая культура - Российская электронная школа
79	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км и 3 км. Подводящие упражнения	1			07.04	Физическая культура - Российская электронная школа
80	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км и 3 км. Подводящие упражнения	1			08.04	Физическая культура - Российская электронная школа
81	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1 км или 2 км. Эстафеты	1			09.04	Физическая культура - Российская электронная школа
82	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1 км или 2 км. Эстафеты	1			14.04	Физическая культура - Российская электронная школа
83	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1			15.04	Физическая культура - Российская электронная школа
84	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1			16.04	Физическая культура - Российская электронная школа

85	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			21.04	Физическая культура - Российская электронная школа
86	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 30.0405.0590см. Эстафеты	1			22.04	Физическая культура - Российская электронная школа
87	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			23.04	Физическая культура - Российская электронная школа
88	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			28.04	Физическая культура - Российская электронная школа
89	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			29.04	Физическая культура - Российская электронная школа
90	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			30.04	Физическая культура - Российская электронная школа
91	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО:	1			05.05	Физическая культура - Российская электронная школа

	Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры					
92	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			06.05	Физическая культура - Российская электронная школа
93	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1			07.05	Физическая культура - Российская электронная школа
94	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1			12.05	Физическая культура - Российская электронная школа
95	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Стрельба (пневматика или электронное)	1			13.05	Физическая культура - Российская электронная школа
96	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Стрельба (пневматика или электронное)	1			14.05	Физическая культура - Российская электронная школа
97	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1			19.05	Физическая культура - Российская электронная школа
98	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1			20.05	Физическая культура - Российская электронная школа
99	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Плавание 50м. Подвижные игры	1			21.05	Физическая культура - Российская электронная школа
100	Правила и техника выполнения	1			26.05	Физическая культура -

	норматива комплекса ГТО: Плавание 50м. Подвижные игры					Российская электронная школа
101	Фестиваль ГТО «Всем классом сдадим ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3-4 ступени	1			27.05	Физическая культура - Российская электронная школа
102	Фестиваль ГТО «Всем классом сдадим ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3-4 ступени	1			28.05	Физическая культура - Российская электронная школа
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102				

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
КОРЁЖСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА**

Рассмотрено

Согласовано

Утверждаю

на заседании педагогического совета

зам. директора по УВР

Приказ № 105 от «30» августа 2024г

_____/М. С. Виноградова /

Директор школы _____/М.В. Кушнир/

БУЙСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ

Календарно-тематическое планирование

по физической культуре в 7 классе

основное общее образование

п. Корёга, 2024 г

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Истоки развития олимпизма в России	1			03.09.2024	Физическая культура - Российская электронная школа
2	Олимпийское движение в СССР и современной России	1			04.09	Физическая культура - Российская электронная школа
3	Воспитание качеств личности на занятиях физической культурой и спортом	1			05.09	Физическая культура - Российская электронная школа
4	Соблюдение правил техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями	1			10.09	Физическая культура - Российская электронная школа
5	Тактическая подготовка	1			11.09	Физическая культура - Российская электронная школа
6	Способы и процедуры оценивания техники двигательных действий	1			12.09	Физическая культура - Российская электронная школа
7	Планирование занятий технической подготовкой	1			17.09	Физическая культура - Российская электронная школа
8	Оценивание оздоровительного эффекта занятий физической культурой	1			18.09	Физическая культура - Российская электронная школа
9	Упражнения для коррекции телосложения	1			19.09	Физическая культура - Российская электронная школа

10	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1			24.09	Физическая культура - Российская электронная школа
11	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1			25.09	Физическая культура - Российская электронная школа
12	Акробатические комбинации	1			26.09	Физическая культура - Российская электронная школа
13	Акробатические пирамиды	1			01.10	Физическая культура - Российская электронная школа
14	Стойка на голове с опорой на руки	1			02.10	Физическая культура - Российская электронная школа
15	Стойка на голове с опорой на руки	1			03.1008.10	Физическая культура - Российская электронная школа
16	Комплекс упражнений степ-аэробики	1			09.10	Физическая культура - Российская электронная школа
17	Комплекс упражнений степ-аэробики	1			10.10	Физическая культура - Российская электронная школа
18	Комбинация на гимнастическом бревне	1			15.10	Физическая культура - Российская электронная школа
19	Комбинация на гимнастическом бревне	1			16.10	Физическая культура - Российская электронная школа
20	Комбинация на низкой гимнастической перекладине	1			17.10	Физическая культура - Российская электронная школа
21	Комбинация на низкой гимнастической перекладине	1			22.10	Физическая культура - Российская электронная школа
22	Лазанье по канату в два приёма	1			23.10	Физическая культура - Российская электронная школа
23	Лазанье по канату в два приёма	1			24.10	Физическая культура -

						Российская электронная школа
24	Преодоление препятствий наступанием	1			05.11	Физическая культура - Российская электронная школа
25	Преодоление препятствий наступанием	1			06.11	Физическая культура - Российская электронная школа
26	Преодоление препятствий прыжковым бегом	1			07.11	Физическая культура - Российская электронная школа
27	Преодоление препятствий прыжковым бегом	1			12.11	Физическая культура - Российская электронная школа
28	Эстафетный бег	1			13.11	Физическая культура - Российская электронная школа
29	Эстафетный бег	1			14.11	Физическая культура - Российская электронная школа
30	Прыжки с разбега в длину и в высоту	1			19.11	Физическая культура - Российская электронная школа
31	Прыжки с разбега в длину и в высоту	1			20.11	Физическая культура - Российская электронная школа
32	Метание малого мяча в катящуюся мишень	1			21.11	Физическая культура - Российская электронная школа
33	Метание малого мяча в катящуюся мишень	1			26.11	Физическая культура - Российская электронная школа
34	Торможение на лыжах способом «упор»	1			27.11	Физическая культура - Российская электронная школа
35	Торможение на лыжах способом «упор»	1			28.11	Физическая культура - Российская электронная школа
36	Поворот упором при спуске с пологого склона	1			03.12	Физическая культура - Российская электронная школа

37	Поворот упором при спуске с пологого склона	1			04.12	Физическая культура - Российская электронная школа
38	Преодоление естественных препятствий на лыжах	1			05.12	Физическая культура - Российская электронная школа
39	Преодоление естественных препятствий на лыжах	1			10.12	Физическая культура - Российская электронная школа
40	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1			11.12	Физическая культура - Российская электронная школа
41	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1			13.12	Физическая культура - Российская электронная школа
42	Спуски и подъёмы во время прохождения учебной дистанции	1			17.12	Физическая культура - Российская электронная школа
43	Спуски и подъёмы во время прохождения учебной дистанции	1			18.12	Физическая культура - Российская электронная школа
44	Передача мяча после отскока от пола	1			19.12	Физическая культура - Российская электронная школа
45	Передача мяча после отскока от пола	1			24.12	Физическая культура - Российская электронная школа
46	Ловля мяча после отскока от пола	1			25.12	Физическая культура - Российская электронная школа
47	Ловля мяча после отскока от пола	1			26.12	Физическая культура - Российская электронная школа
48	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения	1			14.01.2025	Физическая культура - Российская электронная школа
49	Бросок мяча в корзину двумя	1			15.01	Физическая культура -

	руками снизу после ведения					Российская электронная школа
50	Бросок мяча в корзину двумя руками от груди после ведения	1			16.01	Физическая культура - Российская электронная школа
51	Бросок мяча в корзину двумя руками от груди после ведения	1			21.01	Физическая культура - Российская электронная школа
52	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1			22.01	Физическая культура - Российская электронная школа
53	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1			23.01	Физическая культура - Российская электронная школа
54	Верхняя прямая подача мяча	1			28.01	Физическая культура - Российская электронная школа
55	Верхняя прямая подача мяча	1			29.01	Физическая культура - Российская электронная школа
56	Передача мяча через сетку двумя руками сверху	1			30.01	Физическая культура - Российская электронная школа
57	Передача мяча через сетку двумя руками сверху	1			04.02	Физическая культура - Российская электронная школа
58	Перевод мяча за голову	1			05.02	Физическая культура - Российская электронная школа
59	Перевод мяча за голову	1			06.02	Физическая культура - Российская электронная школа
60	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1			11.02	Физическая культура - Российская электронная школа
61	Игровая деятельность с	1			12.02	Физическая культура -

	использованием разученных технических приёмов					Российская электронная школа
62	Средние и длинные передачи мяча по прямой	1			13.02	Физическая культура - Российская электронная школа
63	Средние и длинные передачи мяча по прямой	1			18.02	Физическая культура - Российская электронная школа
64	Средние и длинные передачи мяча по диагонали	1			19.02	Физическая культура - Российская электронная школа
65	Средние и длинные передачи мяча по диагонали	1			20.02	Физическая культура - Российская электронная школа
66	Тактические действия при выполнении углового удара	1			25.02	Физическая культура - Российская электронная школа
67	Тактические действия при выполнении углового удара	1			26.02	Физическая культура - Российская электронная школа
68	Тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой линии	1			27.02	Физическая культура - Российская электронная школа
69	Тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой линии	1			04.03	Физическая культура - Российская электронная школа
70	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1			05.03	Физическая культура - Российская электронная школа
71	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1			06.03	Физическая культура - Российская электронная школа
72	Игровая деятельность с использованием разученных	1			11.03	Физическая культура - Российская электронная школа

	технических приёмов					
73	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1			12.03	Физическая культура - Российская электронная школа
74	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1			13.03	Физическая культура - Российская электронная школа
75	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м	1			18.03	Физическая культура - Российская электронная школа
76	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м	1			19.03	Физическая культура - Российская электронная школа
77	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м	1			20.03	Физическая культура - Российская электронная школа
78	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м	1			01.04	Физическая культура - Российская электронная школа
79	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км	1			02.04	Физическая культура - Российская электронная школа
80	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс	1			03.04	Физическая культура - Российская электронная школа

	на 3 км					
81	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 2 км	1			08.04	Физическая культура - Российская электронная школа
82	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 2 км	1			09.04	Физическая культура - Российская электронная школа
83	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1			10.04	Физическая культура - Российская электронная школа
84	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1			15.04	Физическая культура - Российская электронная школа
85	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1			16.04	Физическая культура - Российская электронная школа
86	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1			17.04	Физическая культура - Российская электронная школа
87	Правила и техника выполнения	1			22.04	Физическая культура -

	норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье					Российская электронная школа
88	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1			23.04	Физическая культура - Российская электронная школа
89	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1			24.04	Физическая культура - Российская электронная школа
90	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1			29.04	Физическая культура - Российская электронная школа
91	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1			30.04	Физическая культура - Российская электронная школа
92	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1			06.05	Физическая культура - Российская электронная школа
93	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	1			07.05	Физическая культура - Российская электронная школа
94	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО:	1			13.05	Физическая культура - Российская электронная школа

	Метание мяча весом 150г					
95	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Стрельба (пневматика или электронное оружие)	1			14.05	Физическая культура - Российская электронная школа
96	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Стрельба (пневматика или электронное оружие)	1			15.05	Физическая культура - Российская электронная школа
97	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1			20.05	Физическая культура - Российская электронная школа
98	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1			21.05	Физическая культура - Российская электронная школа
99	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Плавание 50м	1			22.05	Физическая культура - Российская электронная школа
100	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Плавание 50м	1			27.05	Физическая культура - Российская электронная школа
101	Фестиваль «Мы и ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 4 ступени	1			28.05	Физическая культура - Российская электронная школа
102	Фестиваль «Мы и ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний	1			29.05	Физическая культура - Российская электронная школа

	(тестов) 4 ступени					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	102					

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

КОРЁЖСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

Рассмотрено

Согласовано

Утверждаю

на заседании педагогического совета

зам. директора по УВР

Приказ № 105 от «30» августа 2024г

_____/М. С. Виноградова /

Директор школы _____/М.В. Кушнир/

БУЙСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ

Календарно-тематическое планирование

по физической культуре в 8 классе

основное общее образование

п. Корёга, 2024 г

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Все го	Контрольные работы	Практические работы		
1	Физическая культура в современном обществе	1			02.09.2024	Физическая культура - Российская электронная школа
2	Всестороннее и гармоничное физическое развитие	1			03.09	Физическая культура - Российская электронная школа
3	Адаптивная и лечебная физическая культура	1			05.09	Физическая культура - Российская электронная школа
4	Коррекция нарушения осанки	1			09.09	Физическая культура - Российская электронная школа
5	Коррекция избыточной массы тела	1			10.09	Физическая культура - Российская электронная школа
6	Правила проведения самостоятельных занятий при коррекции осанки и телосложения	1			12.09	Физическая культура - Российская электронная школа
7	Составление планов для самостоятельных занятий	1			16.09	Физическая культура - Российская электронная школа
8	Способы учёта индивидуальных особенностей	1			17.09	Физическая культура - Российская электронная школа
9	Профилактика умственного перенапряжения	1			19.09	Физическая культура - Российская электронная школа
10	Упражнения для профилактики утомления	1			23.09	Физическая культура - Российская электронная школа
11	Дыхательная и зрительная	1			24.09	Физическая культура -

	гимнастика					Российская электронная школа
12	Акробатические комбинации	1			25.09	Физическая культура - Российская электронная школа
13	Акробатические комбинации	1			30.09	Физическая культура - Российская электронная школа
14	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1			01.10	Физическая культура - Российская электронная школа
15	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1			03.10	Физическая культура - Российская электронная школа
16	Гимнастическая комбинация на перекладине	1			07.10	Физическая культура - Российская электронная школа
17	Гимнастическая комбинация на перекладине	1			08.10	Физическая культура - Российская электронная школа
18	Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	1			10.10	Физическая культура - Российская электронная школа
19	Вольные упражнения на базе ритмической гимнастики	1			14.10	Физическая культура - Российская электронная школа
20	Бег на короткие дистанции	1			15.10	Физическая культура - Российская электронная школа
21	Бег на средние дистанции	1			17.10	Физическая культура - Российская электронная школа
22	Бег на длинные дистанции	1			21.10	Физическая культура - Российская электронная школа
23	Бег на длинные дистанции	1			22.10	Физическая культура - Российская электронная школа
24	Прыжки в длину с разбега	1			24.10	Физическая культура - Российская электронная школа

25	Прыжки в длину с разбега	1			05.11	Физическая культура - Российская электронная школа
26	Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись»	1			07.11	Физическая культура - Российская электронная школа
27	Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись»	1			11.11	Физическая культура - Российская электронная школа
28	Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО	1			12.11	Физическая культура - Российская электронная школа
29	Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО	1			14.11	Физическая культура - Российская электронная школа
30	Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1			18.11	Физическая культура - Российская электронная школа
31	Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1			19.11	Физическая культура - Российская электронная школа
32	Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом	1			21.11	Физическая культура - Российская электронная школа
33	Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом	1			25.11	Физическая культура - Российская электронная школа
34	Способы преодоления естественных препятствий на лыжах	1			26.11	Физическая культура - Российская электронная школа
35	Способы преодоления	1			28.11	Физическая культура -

	естественных препятствий на лыжах					Российская электронная школа
36	Торможение боковым скольжением	1			02.12	Физическая культура - Российская электронная школа
37	Торможение боковым скольжением	1			03.12	Физическая культура - Российская электронная школа
38	Переход с одного лыжного хода на другой	1			05.12	Физическая культура - Российская электронная школа
39	Переход с одного лыжного хода на другой	1			09.12	Физическая культура - Российская электронная школа
40	Лыжная подготовка в передвижениях на лыжах, при спусках, подъёмах, торможении	1			10.12	Физическая культура - Российская электронная школа
41	Техника стартов при плавании кролем на груди и на спине	1			12.12	Физическая культура - Российская электронная школа
42	Техника стартов при плавании кролем на спине	1			16.12	Физическая культура - Российская электронная школа
43	Техника поворотов при плавании кролем на груди и на спине	1			17.12	Физическая культура - Российская электронная школа
44	Техника поворотов при плавании кролем на груди и на спине	1			19.12	Физическая культура - Российская электронная школа
45	Проплывание учебных дистанций	1			23.12	Физическая культура - Российская электронная школа
46	Проплывание учебных дистанций	1			24.12	Физическая культура - Российская электронная школа
47	Повороты с мячом на месте	1			26.12	Физическая культура - Российская электронная школа

48	Повороты с мячом на месте	1			13.01.2025	Физическая культура - Российская электронная школа
49	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1			14.01	Физическая культура - Российская электронная школа
50	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1			16.01	Физическая культура - Российская электронная школа
51	Передача мяча одной рукой снизу	1			20.01	Физическая культура - Российская электронная школа
52	Передача мяча одной рукой снизу	1			21.01	Физическая культура - Российская электронная школа
53	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке	1			23.01	Физическая культура - Российская электронная школа
54	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке	1			27.01	Физическая культура - Российская электронная школа
55	Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке	1			28.01	Физическая культура - Российская электронная школа
56	Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке	1			30.01	Физическая культура - Российская электронная школа
57	Прямой нападающий удар	1			03.02	Физическая культура - Российская электронная школа
58	Прямой нападающий удар	1			04.02	Физическая культура - Российская электронная школа
59	Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	1			06.02	Физическая культура - Российская электронная школа
60	Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	1			10.02	Физическая культура - Российская электронная школа
61	Тактические действия в защите	1			11.02	Физическая культура -

						Российская электронная школа
62	Тактические действия в защите	1			13.02	Физическая культура - Российская электронная школа
63	Тактические действия в нападении	1			17.02	Физическая культура - Российская электронная школа
64	Тактические действия в нападении	1			18.02	Физическая культура - Российская электронная школа
65	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1			20.02	Физическая культура - Российская электронная школа
66	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1			24.02	Физическая культура - Российская электронная школа
67	Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы	1			25.02	Физическая культура - Российская электронная школа
68	Остановка мяча внутренней стороной стопы	1			27.02	Физическая культура - Российская электронная школа
69	Правила игры в мини-футбол	1			03.03	Физическая культура - Российская электронная школа
70	Правила игры в мини-футбол	1			04.03	Физическая культура - Российская электронная школа
71	Игровая деятельность по правилам классического футбола	1			06.03	Физическая культура - Российская электронная школа
72	Игровая деятельность по правилам классического футбола	1			10.03	Физическая культура - Российская электронная школа
73	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения	1			11.03	Физическая культура - Российская электронная школа

	спортивных нормативов 4-5 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах					
74	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4-5 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1			13.03	Физическая культура - Российская электронная школа
75	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м	1			17.03	Физическая культура - Российская электронная школа
76	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м	1			18.03	Физическая культура - Российская электронная школа
77	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м или 2000м	1			20.03	Физическая культура - Российская электронная школа
78	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м или 2000м	1			01.04	Физическая культура - Российская электронная школа
79	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км	1			03.04	Физическая культура - Российская электронная школа
80	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км	1			07.04	Физическая культура - Российская электронная школа
81	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на	1			08.04	Физическая культура - Российская электронная школа

	лыжах 2 км или 3 км					
82	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 2 км или 3 км	1			10.04	Физическая культура - Российская электронная школа
83	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1			14.04	Физическая культура - Российская электронная школа
84	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1			15.04	Физическая культура - Российская электронная школа
85	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1			17.04	Физическая культура - Российская электронная школа
86	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1			21.04	Физическая культура - Российская электронная школа
87	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1			22.04	Физическая культура - Российская электронная школа

88	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1			24.04	Физическая культура - Российская электронная школа
89	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1			28.04	Физическая культура - Российская электронная школа
90	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1			29.04	Физическая культура - Российская электронная школа
91	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1			05.05	Физическая культура - Российская электронная школа
92	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1			06.05	Физическая культура - Российская электронная школа
93	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	1			12.05	Физическая культура - Российская электронная школа
94	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	1			13.05	Физическая культура - Российская электронная школа
95	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО:	1			15.05	Физическая культура - Российская электронная школа

	Стрельба (пневматика или электронное оружие)					
96	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Стрельба (пневматика или электронное оружие)	1			19.05	Физическая культура - Российская электронная школа
97	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1			20.05	Физическая культура - Российская электронная школа
98	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1			22.05	Физическая культура - Российская электронная школа
99	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Плавание 50м	1			23.05	Физическая культура - Российская электронная школа
100	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Плавание 50м	1			26.05	Физическая культура - Российская электронная школа
101	Фестиваль «Мы сдадим ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 4-5 ступени	1			27.05	Физическая культура - Российская электронная школа
102	Фестиваль «Мы сдадим ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 4-5 ступени	1			29.05	Физическая культура - Российская электронная школа
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		10 2	0	0		

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

КОРЁЖСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

Рассмотрено

Согласовано

Утверждаю

на заседании педагогического совета

зам. директора по УВР

Приказ № 105 от «30» августа 2024г

_____/М. С. Виноградова /

Директор школы _____/М.В. Кушнир/

БУЙСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ

Календарно-тематическое планирование

по физической культуре в 9 классе

основное общее образование

п. Корёга, 2024 г

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Электронные цифровые
--------------	-------------------	-------------------------	----------------------	-----------------------------

						образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Здоровье и здоровый образ жизни	1			02.09.2024	Физическая культура - Российская электронная школа
2	Туристские походы как форма активного отдыха	1			04.09	Физическая культура - Российская электронная школа
3	Профессионально-прикладная физическая культура	1			09.09	Физическая культура - Российская электронная школа
4	Занятия физической культурой и режим питания	1			11.09	Физическая культура - Российская электронная школа
5	Упражнения для снижения избыточной массы тела	1			16.09	Физическая культура - Российская электронная школа
6	Мероприятия в режиме двигательной активности обучающихся	1			18.09	Физическая культура - Российская электронная школа
7	Измерение функциональных резервов организма	1			23.09	Физическая культура - Российская электронная школа
8	Оказание первой помощи во время самостоятельных занятий физическими упражнениями и активного отдыха	1			25.09	Физическая культура - Российская электронная школа
9	Длинный кувырок с разбега	1			30.09	Физическая культура - Российская электронная школа
10	Кувырок назад в упор	1			02.10	Физическая культура -

						Российская электронная школа
11	Гимнастическая комбинация на высокой перекладине	1			07.10	Физическая культура - Российская электронная школа
12	Гимнастическая комбинация на высокой перекладине	1			09.10	Физическая культура - Российская электронная школа
13	Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	1			14.10	Физическая культура - Российская электронная школа
14	Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	1			16.10	Физическая культура - Российская электронная школа
15	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1			21.10	Физическая культура - Российская электронная школа
16	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1			23.10	Физическая культура - Российская электронная школа
17	Упражнения черлидинга	1			06.11	Физическая культура - Российская электронная школа
18	Упражнения черлидинга	1			11.11	Физическая культура - Российская электронная школа
19		1			13.11	Физическая культура - Российская электронная школа
20		1			18.11	Физическая культура - Российская электронная школа
21		1			20.11	Физическая культура - Российская электронная школа
22	Бег на короткие дистанции	1			25.11	Физическая культура - Российская электронная школа
23	Бег на короткие дистанции	1			27.11	Физическая культура -

						Российская электронная школа
24	Бег на длинные дистанции	1			02.12	Физическая культура - Российская электронная школа
25	Бег на длинные дистанции	1			04.12	Физическая культура - Российская электронная школа
26	Прыжки в длину «прогнувшись»	1			09.12	Физическая культура - Российская электронная школа
27	Прыжки в длину «прогнувшись»	1			11.12	Физическая культура - Российская электронная школа
28	Прыжки в длину «согнув ноги»	1			16.12	Физическая культура - Российская электронная школа
29	Прыжки в длину «согнув ноги»	1			18.12	Физическая культура - Российская электронная школа
30	Прыжки в высоту	1			23.12	Физическая культура - Российская электронная школа
31	Прыжки в высоту	1			25.12	Физическая культура - Российская электронная школа
32	Метание спортивного снаряда с разбега на дальность	1			13.01.2025	Физическая культура - Российская электронная школа
33	Метание спортивного снаряда с разбега на дальность	1			15.01	Физическая культура - Российская электронная школа
34	Передвижение попеременным двухшажным ходом	1			20.01	Физическая культура - Российская электронная школа
35	Передвижение попеременным двухшажным ходом	1			22.01	Физическая культура - Российская электронная школа
36	Передвижение одновременным	1			27.01	Физическая культура -

	одношажным ходом					Российская электронная школа
37	Передвижение одновременным одношажным ходом	1			29.01	Физическая культура - Российская электронная школа
38	Способы перехода с одного лыжного хода на другой	1			03.02	Физическая культура - Российская электронная школа
39	Способы перехода с одного лыжного хода на другой	1			05.02	Физическая культура - Российская электронная школа
40	Плавание брассом	1			10.02	Физическая культура - Российская электронная школа
41	Плавание брассом	1			12.02	Физическая культура - Российская электронная школа
42	Повороты при плавании брассом	1			17.02	Физическая культура - Российская электронная школа
43	Повороты при плавании брассом	1			19.02	Физическая культура - Российская электронная школа
44	Ведение мяча	1			24.02	Физическая культура - Российская электронная школа
45	Ведение мяча	1			26.02	Физическая культура - Российская электронная школа
46	Передача мяча	1			03.03	Физическая культура - Российская электронная школа
47	Передача мяча	1			05.03	Физическая культура - Российская электронная школа
48	Приемы и броски мяча на месте	1			10.03	Физическая культура - Российская электронная школа
49	Приемы и броски мяча на месте	1			12.03	Физическая культура -

						Российская электронная школа
50	Приемы и броски мяча в прыжке	1			17.03	Физическая культура - Российская электронная школа
51	Приемы и броски мяча после ведения	1			19.03	Физическая культура - Российская электронная школа
52	Приемы и броски мяча после ведения	1			02.04	Физическая культура - Российская электронная школа
53	Подачи мяча в разные зоны площадки соперника	1			07.04	Физическая культура - Российская электронная школа
54	Подачи мяча в разные зоны площадки соперника	1			09.04	Физическая культура - Российская электронная школа
55	Приёмы и передачи мяча на месте	1			14.04	Физическая культура - Российская электронная школа
56	Приёмы и передачи мяча на месте	1			16.04	Физическая культура - Российская электронная школа
57	Приёмы и передачи в движении	1			21.04	Физическая культура - Российская электронная школа
58	Приёмы и передачи в движении	1			23.04	Физическая культура - Российская электронная школа
59	Удары	1			28.04	Физическая культура - Российская электронная школа
60	Удары	1			30.04	Физическая культура - Российская электронная школа
61	Блокировка	1			05.05	Физическая культура - Российская электронная школа
62	Блокировка	1			07.05	Физическая культура -

						Российская электронная школа
63	Ведение мяча	1			12.05	Физическая культура - Российская электронная школа
64	Ведение мяча	1			14.05	Физическая культура - Российская электронная школа
65	Приемы мяча	1			19.05	Физическая культура - Российская электронная школа
66	Приемы мяча	1			21.05	Физическая культура - Российская электронная школа
67	Передачи мяча	1			22.05	Физическая культура - Российская электронная школа
68	Передачи мяча	1			26.05	Физическая культура - Российская электронная школа
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68				