


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №16 имени Героя Советского Союза Степана Иванова
города Евпатории Республики Крым»

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
от 29.08.2023г
протокол № 1

Руководитель ШМО
 Ю.В.Мусатюк

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УВР
Ю.Г. Чернобыль
30.08.2023г



**Календарно-тематическое планирование
для 1- 3 класса
на 2023 - 2024 учебный год**

Составитель:
Степанищева Татьяна Станиславовна
(учитель физкультуры первой категории)

ИНСТРУКТИВНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

1. Концепция преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы
<https://docs.edu.gov.ru/document/f7ccb63562c743ddc208b5c1b54c3aca/>
2. Новые нормативы и требования выполнения комплекса ГТО установлены Постановлением правительства РФ от 23 января 2023 г. № 33.
<https://www.gto.ru/norms>
3. Конструктор рабочих программ - <https://edsoo.ru/constructor/>

ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ ИНТЕРНЕТ

1. Официальный сайт Министерства просвещения Российской Федерации
<https://edu.gov.ru/>
2. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
3. Официальный сайт Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки <https://obrnadzor.gov.ru/>
4. Государственный реестр основных образовательных программ
<http://fgosreestr.ru>
5. Официальный сайт ФГБНУ «Федеральный институт педагогических измерений» <http://www.fipi.ru>
6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru>
7. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов
8. <http://school-collection.edu.ru/catalog/>
9. Интернет-портал «Исследовательская деятельность школьников»
<http://www.researcher.ru>
10. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс „Готов к труду и обороне“ (ГТО) <https://www.gto.ru/>

ЖУРНАЛЫ И ГАЗЕТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

1. <http://www.teoriya.ru/ru/taxonomy/term/2> - научно-методический журнал "Физическая культура: воспитание, образование, тренировка"
2. <http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"
3. <http://spo.1september.ru/> - газета "Спорт в школе"
4. <http://kzg.narod.ru/> - журнал «Культура здоровой жизни»
5. <http://teoriya.ru/ru> - журнал «Теория и практика физической культуры».
6. <http://www.e-osnova.ru/journal/16/archive/> - журнал «Физическая культура.

Всё для учителя!»

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

1. <https://fk-i-s.ru/liter> - Книги по физической культуре и спорту
2. <https://resh.edu.ru/subject/9/> - Российская электронная школа (РЭШ)
3. <http://festival.1september.ru/> - Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»
4. <http://fizkultura-na5.ru/> - Физкультура на «5»
5. <http://fizkulturnica.ru/> - Здоровый образ жизни

6. <https://eor-np.ru/taxonomy/term/114> - электронные образовательные ресурсы по физкультуре
7. <http://www.infosport.ru> - Национальная информационная сеть «Спортивная Россия». Ресурс содержит в себе разнообразные виды информации о спорте.
8. http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9 - Методсовет. Методический портал учителя физической культуры
9. <https://spo.1sept.ru/urok/> - Сайт "Я иду на урок физкультуры"
10. <http://www.fizkult-ura.ru/> - Сайт «ФизкультУра»
11. <http://www.fizkulturavshkole.ru/> - Проект создан в помощь учителям физкультуры, тренерам, студентам спортивных ВУЗов и СУЗов, любителям здорового образа жизни.
12. <https://fizcultura.ucoz.ru/> - ФИЗКУЛЬТУРА - сайт учителей физической культуры
13. <http://fizkultura-na5.ru/> - На этом сайте собраны материалы, которые охватывают практически все аспекты преподавания физической культуры: программы по физкультуре, здоровьесбережения и видам спорта, календарно-тематическое планирование для всех классов, кроссворды, комплексы упражнений, правила соревнований, приказы Министерства образования и многое другое...
14. <http://fizkulturnica.ru/> - Сайт, предназначен для учителей физической культуры, учеников и их родителей.
15. <http://www.iron-health.ru/programmy-trenirovok/metodika-razvitiya-vzryvnojsily-nog.html> - Методика развития взрывной силы ног
16. <http://ds31.centerstart.ru/> - Рекомендации инструктора по физкультуре
17. <http://www.kazedu.kz/> - Комплекс упражнений по физической культуре
18. <http://plavaem.info/den-fizkulturnika.php> - Праздник День физкультурника
19. <http://summercamp.ru/> - Комплекс упражнений для детей 8-12 лет
20. <http://znak-zdorovya.ru/kompleks-uprazhneniy-pri-narushenii-osanki.htm> - Примерный комплекс упражнений при нарушении осанки
21. http://ilive.com.ua/sports/uprazhneniya-dlya-detey-s-dcp_88949i15913.html - Упражнения для детей с ДЦП. Лечебная физкультура при ДЦП
22. <http://www.parentakademy.ru/malysh/gymnastic/13.html> - Упражнения для детей с предметами (мяч, скакалка, гантели)
23. <http://sport-men.ru/> - Обучение игры в баскетбол. Обучение технике финиша. Обучение технике плавания
24. <http://sport-men.ru/kompleksy-uprazhnenij/kompleksy-lfk.html> - Комплексы ЛФК. Комплексы аутогенной тренировки и релаксации на уроке физической культуры.
25. <https://www.uchportal.ru/load/100> - Учительский портал. Методические разработки по физической культуре
26. <http://www.ja-zdorov.ru/blog/gimnastika-dlya-detey-3-4-let-poleznye-fizicheskieuprazhneniya/> - Гимнастика для детей 3-4 Лет. Полезные Физические Упражнения
27. <http://pedsovet.su/load/98> - Сайт «Педсовет» База разработок по физической культуре
28. <https://fiz-ra-ura.jimdofree.com/> - Сайт «Живи ярко! Живи спортом!» Педагогическая копилка (рабочие программы, тематическое планирование и др.)
29. https://easyen.ru/load/fizicheskaja_kultura/fizkultura/144 - Современный учительский портал. Разработки уроков физической культуры.
30. <https://uchitelya.com/fizkultura/> - Учителя.com Учительский портал. Разработки уроков, спортивных праздников и внеклассных мероприятий. Слайдовые презентации и проекты. Подробные описания комплексов упражнений, правил командных и подвижных игр. Описания техник и упражнений для их отработки. Планы предметных недель и соревнований

31. <https://konspekteka.ru/fizkultura/> - Учебно-методические материалы и разработки по физической культуре
32. https://rosuchebnik.ru/metodicheskaja-pomosch/materialy/predmet-fizicheskayakultura_type-metodicheskoe-posobie/ - Методические пособия по физической культуре
33. <https://www.1urok.ru/categories/17?page=1> - Современный урок физической культуры
34. <https://videouroki.net/razrabotki/fizkultura/videouroki-6/> - Видеоуроки по физкультуре и другие полезные материалы для учителя физкультуры.
35. http://pculture.ru/uroki/otkritie_uroki/ Физическая культура. Сайт для учителей и преподавателей физкультуры
36. <https://fb.ru/article/387878/bazovye-vidyi-sporta-klassifikatsiya-i-opisanie> - Базовые виды спорта
37. https://studme.org/121201244106/meditsina/vidy_sovremennogo_sporta - Виды современного спорта
38. <http://sport.rkomi.ru/content/menu/801/Gimnastika-i-metodika-prepodavaniyaVoronin-D.I.-Kuznezov-V.A..pdf> - Гимнастика и методика преподавания. Дидактические материалы
39. <https://clck.ru/LbZS9> - Электронные учебники по физической культуре
40. <https://kopilkaurokov.ru/fizkultura> - Сайт "Копилка уроков": 1 -4 классы. "Гимнастика". 5 - 9 классы "Баскетбол", "Легкая атлетика", "Развитие силы и выносливости"
41. https://edsoo.ru/Primernie_rabochie_progra.htm - портала Единого содержания общего образования
42. <https://fgosreestr.ru>. - реестра примерных основных общеобразовательных программ
43. <https://edsoo.ru/constructor/>. - конструктор рабочих программ
44. https://edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm. - методические видеоуроки для педагогов
45. https://edsoo.ru/Metodicheskie_posobiya_i_v.htm. - учебные пособия
46. <https://rosuchebnik.ru/metodicheskaja-pomosch/nachalnoe-obrazovanie/> - Раздел сайта корпорации «Российский учебник» «Начальное образование»
47. <https://urok.1sept.ru/> - «Открытый урок. Первое сентября»
48. <http://www.nachalka.com/> - «Начальная школа»
49. <http://www.solnet.ee/> - Детский портал «Солнышко»
50. <https://levico.ru/> - Шахматы онлайн
51. <http://school-collection.edu.ru> - Единая Коллекция цифровых образовательных ресурсов для учреждений общего и начального профессионального образования.
52. http://www.itn.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com- Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих учителей»
53. http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/- Образовательные сайты для учителей физической культуры
54. <http://www.trainer.h1.ru/>- сеть творческих учителей/сообщество учителей физической культуры
55. <http://zdd.1september.ru/>- сайт учителя физической культуры
56. <https://www.youtube.com/watch?v=WAX97LbQfYI> - Видеоурок. Техника безопасности на уроках легкой атлетики
57. <https://www.youtube.com/channel/UCZq14y4m3wP98Qj5tiKXfjA> - Видеоурок. Спортивные игры, Гимнастика

Календарно- тематическое планирование 1-3 класс

№п/п		Дата		Тема урока
план	факт	план	факт	
Знания о физической культуре 7 ч.				
1.		05.09		Инструктаж по ТБ. Правила поведения на уроках физической культуры.
2.		07.09		Что такое физическая культура.
3.		08.09		Современные физические упражнения.
4.		12.09		Режим дня и правила его составления и соблюдения.
5.		14.09		Личная гигиена и гигиенические процедуры.
6.		15.09		Осанка человека. Упражнения для осанки
7.		19.09		Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника.
Легкая атлетика 10 ч				
8.		21.09		ТБ. Чем отличается ходьба от бега. Равномерный бег 3 мин.
9.		22.09		ТБ. Упражнения в передвижении с равномерной скоростью. Равномерный бег 4 мин.
10.		26.09		ТБ. Упражнения в передвижении с равномерной скоростью. Равномерный бег 5 мин.
11.		28.09		ТБ. Упражнения в передвижении с изменением скорости.
12.		29.09		ТБ. Упражнения в передвижении с изменением скорости.
13.		03.10		ТБ. Правила выполнения прыжка в длину с места.
14.		05.10		ТБ. Разучивание одновременного отталкивания двумя ногами.
15.		06.10		ТБ. Обучение прыжку в длину с места в полной координации.
16.		10.10		ТБ. Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью
17.		12.10		ТБ. Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью
ГТО 8 ч.				
18.		13.10		ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы.
19.		17.10		Основные правила, ТБ на уроках, особенности проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО
20.		19.10		ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры.
21.		20.10		ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры.
22.		24.10		ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса. Смешанное передвижение. Подвижные игры
23.		26.10		ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса. Смешанное передвижение. Подвижные игры.
24.		27.10		ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры
25.		07.10		ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры
Гимнастика с основами акробатики (20 ч.)				
26.		10.11		Понятие гимнастики и спортивной гимнастики.
27.		14.11		ТБ. Исходные положения в физических упражнениях
28.		16.11		ТБ. Учимся гимнастическим упражнениям

29.		17.11		ТБ. Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом
30.		21.11		ТБ. Акробатические упражнения, основные техники.
31.		23.11		ТБ. Акробатические упражнения, основные техники.
32.		24.11		ТБ. Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры
33.		28.11		ТБ. Способы построения и повороты стоя на месте
34.		30.11		ТБ. Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег)
35.		01.12		ТБ. Гимнастические упражнения с мячом.
36.		05.12		ТБ. Гимнастические упражнения со скакалкой.
37.		07.12		ТБ. Гимнастические упражнения в прыжках.
38.		08.12		ТБ. Подъем туловища из положения лежа на спине и животе.
39.		12.12		ТБ. Подъем ног из положения лежа на животе.
40.		14.12		ТБ. Сгибание рук в положении упор лежа.
41.		15.12		ТБ. Сгибание рук в положении упор лежа.
42.		19.12		ТБ. Разучивание прыжков в группировке.
43.		21.12		ТБ. Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами.
44.		22.12		ТБ. Лазание по гимнастической скамье. Перелезание через препятствия.
45.		26.12		ТБ. Перелезание через горку матов и гимнастическую скамейку.
ГТО 4 ч.				
46.		28.12		ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры
47.		09.01		ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры
48.		11.01		ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры
49.		12.01		ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры
Раздел: Подвижные игры 20 ч.				
50.		16.01		Инструктаж ТБ. Правила проведения подвижных игр. Считалки подвижных игр
51.		18.01		ТБ. Разучивание игровых действий и правил подвижных игр
52.		19.01		ТБ. Обучение способам организации игровых площадок
53.		23.01		ТБ. Обучение способам организации игровых площадок.
54.		25.01		ТБ. Самостоятельная организация и проведение подвижных игр.
55.		26.01		ТБ. Самостоятельная организация и проведение подвижных игр.
56.		31.01		ТБ. Подвижные игры с теннисным мячом.
57.		01.02		ТБ. Подвижные игры с теннисным мячом.
58.		02.02		ТБ. Подвижные игры с гимнастическим обручем.
59.		06.02		ТБ. Подвижные игры с гимнастическим обручем.
60.		08.02		ТБ. Подвижные игры с гимнастическим обручем.
61.		09.02		ТБ. Подвижные игры с метанием мяча.
62.		13.02		ТБ. Подвижные игры с метанием мяча.
63.		15.02		ТБ. Подвижные игры с метанием мяча.

64.		16.02		ТБ. Подвижные игры со скакалкой.
65.		27.02		ТБ. Подвижные игры со скакалкой.
66.		29.02		ТБ. Подвижные игры со скакалкой.
67.		01.03		ТБ. Игровые задания с преодолением простых препятствий.
68.		03.03		ТБ. Игровые задания с преодолением простых препятствий.
69.		05.03		ТБ. Подвижные игры с бегом, прыжками
ГТО 4 ч.				
70.		07.03		ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры
71.		12.03		ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры
72.		14.03		ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры.
73.		15.03		ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры.
Легкая атлетика 20 ч.				
74.		28.03		ТБ. Упражнения в передвижении с изменением скорости
75.		29.03		ТБ. Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения.
76.		02.04		ТБ. Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения.
77.		04.04		ТБ. Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой.
78.		05.04		ТБ. Бег с преодолением простых препятствий.
79.		09.04		ТБ. Равномерный бег 3-6 мин.
80.		11.04		ТБ. Челночный бег 3х10м; 4х9м
81.		12.04		ТБ. Преодоление препятствий.
82.		16.04		ТБ. Преодоление препятствий.
83.		18.04		ТБ. Равномерный бег до 3-4мин. Преодоление препятствий.
84.		19.04		ТБ. Чередование ходьбы и бега.
85.		23.04		ТБ. Равномерный бег 5-6 мин.
86.		25.04		ТБ. Чередование ходьбы и бега.
87.		26.04		ТБ. Чередование ходьбы и бега.
88.		02.05		ТБ. Упражнения в передвижении с изменением скорости.
89.		03.05		ТБ. Упражнения в передвижении с изменением скорости.
90.		07.05		ТБ. Высокий старт. Бег на коротких отрезках.
91.		14.05		ТБ. Бег 10 м.
92.		16.05		ТБ. Бег 30 м.
93.		17.05		ТБ. Бег 30 м на время
6 ч.				
94.		21.05		ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры.
95.				ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры.
96.		23.05		ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры.
97.				ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.

			6-ти минутный бег. Подвижные игры.
98.		24.05	ТБ. Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО.
99.		24.05	ТБ. Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО.