Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя школа № 16 имени Героя Советского союза Степана Иванова

 города Евпатории Республики Крым»

**РАССМОТРЕНО СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДЕНО**

на заседании ГМО Зам. директора по УВР Директор школы

от 29.08.2023 г. \_\_\_\_\_\_\_ Ж.М. Кондрацкая \_\_\_\_\_\_\_ О.А. Донцова протокол № 1 30.08.2023г. Приказ № 855/01-16 Руководитель ШМО от 31.08.2023г

 Ю.В. Мусатюк

**Календарно-тематическое планирование**

**по физической культуре**

**на уровень начального общего образования**

 **для 1 В, Г класса**

 **на 2023 - 2024 учебный год**

 Составитель :

 **Болдырева Лина Михайловна**

 **(учитель физкультуры высшей категории**)

 2023г.

**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**

# <https://fk-i-s.ru/liter> - Книги по физической культуре и спорту

1. <https://resh.edu.ru/subject/9/> - Российская электронная школа (РЭШ)
2. <http://festival.1september.ru/> - Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»
3. <http://fizkultura-na5.ru/> - Физкультура на «5»
4. <http://fizkulturnica.ru/> - Здоровый образ жизни
5. <https://eor-np.ru/taxonomy/term/114> - электронные образовательные ресурсы по физкультуре

1. http://www.infosport.ru - Национальная информационная сеть «Спортивная Россия». Ресурс содержит в себе разнообразные виды информации о спорте.
2. http://metodsovet.su/dir/fiz\_kultura/9 - Методсовет. Методический портал учителя физической культуры
3. https://spo.1sept.ru/urok/ - Сайт "Я иду на урок физкультуры"
4. http://www.fizkult-ura.ru/ - Сайт «ФизкультУра»
5. http://www.fizkulturavshkole.ru/ - Проект создан в помощь учителям физкультуры, тренерам, студентам спортивных ВУЗов и СУЗов, любителям здорового образа жизни.
6. https://fizcultura.ucoz.ru/ - ФИЗКУЛЬТУРА - сайт учителей физической культуры
7. 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…
8. http://fizkulturnica.ru/ - Сайт, предназначен для учителей физической культуры, учеников и их родителей.
9. http://www.iron-health.ru/programmy-trenirovok/metodika-razvitiya-vzryvnojsily-nog.html - Методика развития взрывной силы ног
10. http://ds31.centerstart.ru/ - Рекомендации инструктора по физкультуре
11. http://www.kazedu.kz/ - Комплекс упражнений по физической культуре
12. http://plavaem.info/den-fizkulturnika.php - Праздник День физкультурника
13. http://summercamp.ru/ - Комплекс упражнений для детей 8-12 лет
14. <http://znak-zdorovya.ru/kompleks-uprazhneniy-pri-narushenii-osanki.htm> - Примерный комплекс упражнений при нарушении осанки
15. <http://ilive.com.ua/sports/uprazhneniya-dlya-detey-s-dcp_88949i15913.html> - Упражнения для детей с ДЦП. Лечебная физкультура при ДЦП
16. http://www.parentakademy.ru/malysh/gymnastic/13.html - Упражнения для детей с предметами (мяч, скакалка, гантели)
17. http://sport-men.ru/ - Обучение игры в баскетбол. Обучение технике финиша. Обучение технике плавания
18. http://sport-men.ru/kompleksy-uprazhnenij/kompleksy-lfk.html - Комплексы ЛФК. Комплексы аутогенной тренировки и релаксации на уроке физической культуры.
19. https://www.uchportal.ru/load/100 - Учительский портал. Методические разработки по физической культуре
20. http://www.ja-zdorov.ru/blog/gimnastika-dlya-detej-3-4-let-poleznye-fizicheskieuprazhneniya/ - Гимнастика для детей 3-4 Лет. Полезные Физические Упражнения
21. http://pedsovet.su/load/98 - Сайт «Педсовет» База разработок по физической культуре
22. https://fiz-ra-ura.jimdofree.com/ - Сайт «Живи ярко! Живи спортом!» Педагогическая копилка (рабочие программы, тематическое планирование и др.)
23. https://easyen.ru/load/fizicheskaja\_kultura/fizkultura/144 - Современный учительский портал. Разработки уроков физической культуры.
24. 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
25. ttps://konspekteka.ru/fizkultura/ - Учебно-методические материалы и разработки по физической культуре
26. https://rosuchebnik.ru/metodicheskaja-pomosch/materialy/predmet-fizicheskayakultura\_type-metodicheskoe-posobie/ - Методические пособия по физической культуре
27. https://www.1urok.ru/categories/17?page=1 - Современный урок физической культуры
28. https://videouroki.net/razrabotki/fizkultura/videouroki-6/ - Видеоуроки по физкультуре и другие полезные материалы для учителя физкультуры.
29. http://pculture.ru/uroki/otkritie\_uroki/ Физическая культура. Сайт для учителей и преподавателей физкультуры
30. <https://fb.ru/article/387878/bazovyie-vidyi-sporta-klassifikatsiya-i-opisanie> - Базовые виды спорта
31. https://studme.org/121201244106/meditsina/vidy\_sovremennogo\_sporta - Виды современного спорта
32. http://sport.rkomi.ru/content/menu/801/Gimnastika-i-metodika-prepodavaniyaVoronin-D.I.-Kuznezov-V.A..pdf - Гимнастика и методика преподавания. Дидактические материалы
33. https://clck.ru/LbZS9 - Электронные учебники по физической культуре
34. https://kopilkaurokov.ru/fizkultura - Сайт "Копилка уроков": 1 -4 классы. "Гимнастика". 5 - 9 классы "Баскетбол", "Легкая атлетика", "Развитие силы и выносливости"
35. <https://edsoo.ru/Primernie_rabochie_progra.htm> - портала Единого содержания общего образования
36. <https://fgosreestr.ru>. - реестра примерных основных общеобразовательных программ
37. <https://edsoo.ru/constructor/>. - конструктор рабочих программ
38. <https://edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm>. - методические видеоуроки для педагогов
39. <https://edsoo.ru/Metodicheskie_posobiya_i_v.htm>. - учебные пособия
40. <https://rosuchebnik.ru/metodicheskaja-pomosch/nachalnoe-obrazovanie/> - Раздел сайта корпорации «Российский учебник» «Начальное образование»
41. <https://urok.1sept.ru/> - «Открытый урок. Первое сентября»
42. <http://www.nachalka.com/> - «Начальная школа»
43. <http://www.solnet.ee/> - Детский портал «Солнышко»
44. <https://levico.ru/> - Шахматы онлайн
45. [http://school-collection.edu.ru](http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject%5b%5d=38) - Единая Коллекция цифровых образовательных ресурсов для учреждений общего и начального профессионального образования.
46. <http://www.itn.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com>- Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих учителей»
47. <http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/>- Образовательные сайты для учителей физической культуры
48. <http://www.trainer.h1.ru/>- сеть творческих учителей/сообщество учителей физической культуры
49. <http://zdd.1september.ru/>- сайт учителя физической культуры
50. <https://www.youtube.com/watch?v=WAX97LbQfYI> - Видеоурок. Техника безопасности на уроках легкой атлетики
51. <https://www.youtube.com/channel/UCZq14y4m3wP98Qj5tiKXfjA> - Видеоурок. Спортивные игры, Гимнастика

 **Календарно- тематическое планирование 1-В класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  **№п/п** |  **Дата**  | **Тема урока** |
| **план** | **факт** | **план** | **факт** |
|  |
|  | 01.09 |  |  | Инструктаж по ТБ. Правила поведения на уроках физической культуры. |
|  | 04.09 |  |  | Что такое физическая культура. |
|  | 06.09 |  |  | Современные физические упражнения. |
|  | 08.09 |  |  | Режим дня и правила его составления и соблюдения. |
|  | 11.09 |  |  | Личная гигиена и гигиенические процедуры. |
|  | 13.09 |  |  | Осанка человека. Упражнения для осанки |
|  | 15.09 |  |  | Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника. |
|  | 18.09 |  |  | ТБ. Чем отличается ходьба от бега. Равномерный бег 3 мин. |
| 1. Ии
 | 20.09 |  |  | ТБ. Упражнения в передвижении с равномерной скоростью. Равномерный бег 4 мин. |
|  | 22.09 |  |  | ТБ. Упражнения в передвижении с равномерной скоростью. Равномерный бег 5 мин. |
|  | 25.09 |  |  | ТБ. Упражнения в передвижении с изменением скорости. |
|  | 27.09 |  |  | ТБ. Упражнения в передвижении с изменением скорости. |
|  | 29.09 |  |  | ТБ. Правила выполнения прыжка в длину с места. |
|  | 02.10 |  |  | ТБ. Разучивание одновременного отталкивания двумя ногами. |
|  | 04.10 |  |  | ТБ. Обучение прыжку в длину с места в полной координации. |
|  | 06.10 |  |  | ТБ. Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью |
|  | 09.10 |  |  | ТБ. Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью |
|  | 11.10 |  |  | ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы. |
|  | 13.10 |  |  | Основные правила, ТБ на уроках, особенности проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО |
|  | 16.10 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.Бег на 10м и 30м. Подвижные игры. |
|  | 18.10 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.Бег на 10м и 30м. Подвижные игры. |
|  | 20.10 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры |
|  | 23.10 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры. |
|  | 25.10 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры |
|  | 27.10 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры |
|  | 08.11 |  |  | Понятие гимнастики и спортивной гимнастики. |
|  | 10.11 |  |  | ТБ. Исходные положения в физических упражнениях |
|  | 13.11 |  |  | ТБ. Учимся гимнастическим упражнениям |
|  | 15.11 |  |  | ТБ. Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом |
|  | 17.11 |  |  | ТБ. Акробатические упражнения, основные техники. |
|  | 20.11 |  |  | ТБ. Акробатические упражнения, основные техники. |
|  | 22.11 |  |  | ТБ. Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры |
|  | 24.11 |  |  | ТБ. Способы построения и повороты стоя на месте |
|  | 27.11 |  |  | ТБ. Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег) |
|  | 29.11 |  |  | ТБ. Гимнастические упражнения с мячом. |
|  | 01.12 |  |  | ТБ. Гимнастические упражнения со скакалкой. |
|  | 04.12 |  |  | ТБ. Гимнастические упражнения в прыжках. |
|  | 06.12 |  |  | ТБ. Подъем туловища из положения лежа на спине и животе. |
|  | 08.12 |  |  | ТБ. Подъем ног из положения лежа на животе. |
|  | 11.12 |  |  | ТБ. Сгибание рук в положении упор лежа. |
|  | 13.12 |  |  | ТБ. Сгибание рук в положении упор лежа. |
|  | 15.12 |  |  | ТБ. Разучивание прыжков в группировке. |
|  | 18.12 |  |  | ТБ. Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами. |
|  | 20.12 |  |  | ТБ. Лазание по гимнастической скамье. Перелезание через препятствия. |
|  | 22.12 |  |  | ТБ. Перелазание через горку матов и гимнастическую скамейку. |
|  | 25.12 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры |
|  | 27.12 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры |
|  | 10.01 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры |
|  | 12.01 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры |
|  | 15.01 |  |  | Инструктаж ТБ. Правила проведения подвижных игр. Считалки для подвижных игр |
|  | 17.01 |  |  | ТБ. Разучивание игровых действий и правил подвижных игр |
|  | 19.01 |  |  | ТБ. Обучение способам организации игровых площадок |
|  | 22.01 |  |  | ТБ. Обучение способам организации игровых площадок. |
|  | 24.01 |  |  | ТБ. Самостоятельная организация и проведение подвижных игр. |
|  | 26.01 |  |  | ТБ. Самостоятельная организация и проведение подвижных игр. |
|  | 29.01 |  |  | ТБ. Подвижные игры с теннисным мячом. |
|  | 31.01 |  |  | ТБ. Подвижные игры с теннисным мячом. |
|  | 02.02 |  |  | ТБ. Подвижные игры с гимнастическим обручем. |
|  | 05.02 |  |  | ТБ. Подвижные игры с гимнастическим обручем. |
|  | 07.02 |  |  | ТБ. Подвижные игры с гимнастическим обручем. |
|  | 09.02 |  |  | ТБ. Подвижные игры с метанием мяча. |
|  | 12.02 |  |  | ТБ. Подвижные игры с метанием мяча. |
|  | 14.02 |  |  | ТБ. Подвижные игры с метанием мяча. |
|  | 16.02 |  |  | ТБ. Подвижные игры со скакалкой. |
|  | 26.02 |  |  | ТБ. Подвижные игры со скакалкой. |
|  | 28.02 |  |  | ТБ. Подвижные игры со скакалкой. |
|  | 01.03 |  |  | ТБ. Игровые задания с преодолением простых препятствий. |
|  | 04.03 |  |  | ТБ. Игровые задания с преодолением простых препятствий. |
|  | 06.03 |  |  | ТБ. Подвижные игры с бегом, прыжками |
|  |  |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры |
|  | 11.03 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры |
|  | 13.03 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3\*10м. Подвижные игры. |
|  | 15.03 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3\*10м. Подвижные игры. |
|  |  |  |  | ТБ. Упражнения в передвижении с изменением скорости |
|  | 25.03 |  |  | ТБ. Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения. |
|  | 27.03 |  |  | ТБ. Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения. |
|  | 29.03 |  |  | ТБ. Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой. |
|  | 01.04 |  |  | ТБ. Бег с преодолением простых препятствий. |
|  | 03.04 |  |  | ТБ. Равномерный бег 3-6 мин. |
|  | 05.04 |  |  | ТБ. Челночный бег 3х10м; 4х9м |
|  | 08.04 |  |  | ТБ. Преодоление препятствий. |
|  |  |  |  | ТБ. Преодоление препятствий. |
|  | 12.04 |  |  | ТБ. Равномерный бег до 3-4мин. Преодоление препятствий. |
|  | 15.04 |  |  | ТБ. Чередование ходьбы и бега. |
|  | 17.04 |  |  | ТБ. Равномерный бег 5-6 мин.  |
|  | 19.04 |  |  | ТБ. Чередование ходьбы и бега. |
|  | 22.04 |  |  | ТБ. Чередование ходьбы и бега.  |
|  | 24.04 |  |  | ТБ. Упражнения в передвижении с изменением скорости. |
|  | 26.04 |  |  | ТБ. Упражнения в передвижении с изменением скорости. |
|  |  |  |  | ТБ. Высокий старт. Бег на коротких отрезках. |
|  | 03.05 |  |  | ТБ. Бег 10 м. |
|  | 06.05 |  |  | ТБ. Бег 30 м. |
|  | 08.05 |  |  | ТБ. Бег 30 м на время |
|  | 13.05 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры. |
|  | 15.05 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры. |
|  | 17.05 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.6-ти минутный бег. Подвижные игры. |
| 1. 0
 | 20.05 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.6-ти минутный бег. Подвижные игры. |
|  | 22.05 |  |  | ТБ. Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО. |
|  | 24.05 |  |  | ТБ. Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО. |

3

**Календарно- тематическое планирование 1-Г класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  **№п/п** |  **Дата**  | **Тема урока** |
| **план** | **факт** | **план** | **факт** |
|  | 01.09 |  |  | Инструктаж по ТБ. Правила поведения на уроках физической культуры. |
|  | 05.09 |  |  | Что такое физическая культура. |
|  | 07.09 |  |  | Современные физические упражнения. |
|  | 08.09 |  |  | Режим дня и правила его составления и соблюдения. |
|  | 12.09 |  |  | Личная гигиена и гигиенические процедуры. |
|  | 14.09 |  |  | Осанка человека. Упражнения для осанки |
|  | 15.09 |  |  | Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника. |
|  | 19.09 |  |  | ТБ. Чем отличается ходьба от бега. Равномерный бег 3 мин. |
|  | 21.09 |  |  | ТБ. Упражнения в передвижении с равномерной скоростью. Равномерный бег 4 мин. |
|  | 22.09 |  |  | ТБ. Упражнения в передвижении с равномерной скоростью. Равномерный бег 5 мин. |
|  | 26.09 |  |  | ТБ. Упражнения в передвижении с изменением скорости. |
|  | 28.09 |  |  | ТБ. Упражнения в передвижении с изменением скорости. |
|  | 29.09 |  |  | ТБ. Правила выполнения прыжка в длину с места. |
|  | 03.10 |  |  | ТБ. Разучивание одновременного отталкивания двумя ногами. |
|  | 05.10 |  |  | ТБ. Обучение прыжку в длину с места в полной координации. |
|  | 06.10 |  |  | ТБ. Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью |
|  | 10.10 |  |  | ТБ. Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью |
|  | 12.10 |  |  | ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы. |
|  | 13.10 |  |  | Основные правила, ТБ на уроках, особенности проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО |
|  | 17.10 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.Бег на 10м и 30м. Подвижные игры. |
|  | 19.10 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.Бег на 10м и 30м. Подвижные игры. |
|  | 20.10 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры |
|  | 24.10 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры. |
|  | 26.10 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры |
|  | 27.10 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры |
|  | 07.11 |  |  | Понятие гимнастики и спортивной гимнастики. |
|  | 09.11 |  |  | ТБ. Исходные положения в физических упражнениях |
|  | 10.11 |  |  | ТБ. Учимся гимнастическим упражнениям |
|  | 14.11 |  |  | ТБ. Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом |
|  | 16.11 |  |  | ТБ. Акробатические упражнения, основные техники. |
|  | 17.11 |  |  | ТБ. Акробатические упражнения, основные техники. |
|  | 21.11 |  |  | ТБ. Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры |
|  | 23.11 |  |  | ТБ. Способы построения и повороты стоя на месте |
|  | 24.11 |  |  | ТБ. Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег) |
|  | 28.11 |  |  | ТБ. Гимнастические упражнения с мячом. |
|  | 30.11 |  |  | ТБ. Гимнастические упражнения со скакалкой. |
|  | 01.12 |  |  | ТБ. Гимнастические упражнения в прыжках. |
|  | 05.12 |  |  | ТБ. Подъем туловища из положения лежа на спине и животе. |
|  | 07.12 |  |  | ТБ. Подъем ног из положения лежа на животе. |
|  | 08.12 |  |  | ТБ. Сгибание рук в положении упор лежа. |
|  | 12.12 |  |  | ТБ. Сгибание рук в положении упор лежа. |
|  | 14.12 |  |  | ТБ. Разучивание прыжков в группировке. |
|  | 15.12 |  |  | ТБ. Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами. |
|  | 19.12 |  |  | ТБ. Лазание по гимнастической скамье. Перелезание через препятствия. |
|  | 21.12 |  |  | ТБ. Перелазание через горку матов и гимнастическую скамейку. |
|  | 22.12 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры |
|  | 26.12 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры |
|  | 28.12 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры |
|  | 09.01 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры |
|  | 11.01 |  |  | Инструктаж ТБ. Правила проведения подвижных игр. Считалки для подвижных игр |
|  | 12.01 |  |  | ТБ. Разучивание игровых действий и правил подвижных игр |
|  | 16.01 |  |  | ТБ. Обучение способам организации игровых площадок |
|  | 18.01 |  |  | ТБ. Обучение способам организации игровых площадок. |
|  | 19.01 |  |  | ТБ. Самостоятельная организация и проведение подвижных игр. |
|  | 23.01 |  |  | ТБ. Самостоятельная организация и проведение подвижных игр. |
|  | 25.01 |  |  | ТБ. Подвижные игры с теннисным мячом. |
|  | 26.01 |  |  | ТБ. Подвижные игры с теннисным мячом. |
|  | 30.01 |  |  | ТБ. Подвижные игры с гимнастическим обручем. |
|  | 01.02 |  |  | ТБ. Подвижные игры с гимнастическим обручем. |
|  | 02.02 |  |  | ТБ. Подвижные игры с гимнастическим обручем. |
|  | 06.02 |  |  | ТБ. Подвижные игры с метанием мяча. |
|  | 08.02 |  |  | ТБ. Подвижные игры с метанием мяча. |
|  | 09.02 |  |  | ТБ. Подвижные игры с метанием мяча. |
|  | 13.02 |  |  | ТБ. Подвижные игры со скакалкой. |
|  | 15.02 |  |  | ТБ. Подвижные игры со скакалкой. |
|  | 16.02 |  |  | ТБ. Подвижные игры со скакалкой. |
|  | 20.02 |  |  | ТБ. Игровые задания с преодолением простых препятствий. |
|  | 22.02 |  |  | ТБ. Игровые задания с преодолением простых препятствий. |
|  |  |  |  | ТБ. Подвижные игры с бегом, прыжками |
|  | 27.02 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры |
|  | 29.02 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры |
|  | 01.03 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3\*10м. Подвижные игры. |
|  | 05.03 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3\*10м. Подвижные игры. |
|  | 07.03 |  |  | ТБ. Упражнения в передвижении с изменением скорости |
|  | 12.03 |  |  | ТБ. Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения. |
|  | 14.03 |  |  | ТБ. Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения. |
|  | 15.03 |  |  | ТБ. Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой. |
|  | 26.03 |  |  | ТБ. Бег с преодолением простых препятствий. |
|  | 28.03 |  |  | ТБ. Равномерный бег 3-6 мин. |
|  | 29.03 |  |  | ТБ. Челночный бег 3х10м; 4х9м |
|  | 02.04 |  |  | ТБ. Преодоление препятствий. |
|  | 04.04 |  |  | ТБ. Преодоление препятствий. |
|  | 05.04 |  |  | ТБ. Равномерный бег до 3-4мин. Преодоление препятствий. |
|  | 09.04 |  |  | ТБ. Чередование ходьбы и бега. |
|  | 11.04 |  |  | ТБ. Равномерный бег 5-6 мин.  |
|  | 12.04 |  |  | ТБ. Чередование ходьбы и бега. |
|  |  |  |  | ТБ. Чередование ходьбы и бега.  |
|  | 16.04 |  |  | ТБ. Упражнения в передвижении с изменением скорости. |
|  | 18.04 |  |  | ТБ. Упражнения в передвижении с изменением скорости. |
|  | 19.04 |  |  | ТБ. Высокий старт. Бег на коротких отрезках. |
|  | 23.04 |  |  | ТБ. Бег 10 м. |
|  | 25.04 |  |  | ТБ. Бег 30 м. |
|  | 26.04 |  |  | ТБ. Бег 30 м на время |
|  | 02.05 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры. |
|  | 03.05 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры. |
|  | 07.05 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.6-ти минутный бег. Подвижные игры. |
|  | 14.05 |  |  | ТБ. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.6-ти минутный бег. Подвижные игры. |
|  | 16.05 |  |  | ТБ. Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО. |
|  | 17.05 |  |  | ТБ. Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО. |
|  | 21.05 |  |  | ТБ. Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО. |
|  | 23.05 |  |  | ТБ. Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО. |