Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа» №1с.п. Кахун

РАССМОТРЕНО на заседании Методического объединения учителей начальных классов МКОУ СОШ №1 с. п. Кахун Протокол №1 от 26.08.2023г	СОГЛАСОВАНО Зам. директора по УВР МКОУ СОШ № 1 с. п. Кахун Мокова З.А. «28» августа 2023 г.	УТВЕРЖДЕНО Директор МКОУ СОШ № 1 с. п. Кахун _____Понежева Ф. М. Приказ № 76- ОД от 29.08.2023 г.

Календарно-тематическое планирование

по предмету «Физическая культура»

для 1 класса

Составмтель:
Учитель начальных классов
Шибзухова Е.Б.

с.п. Кахун 2023г.

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	
			по плану	по факту
1	Что такое физическая культура	1	**01.09.23**	
2	Современные физические упражнения	1	05.09.23	
3	Режим дня и правила его составления и соблюдения	1	08.09.23	
4	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1	12.09.23	
5	Осанка человека. Упражнения для осанки	1	15.09.23	
6	Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника	1	19.09.23	
7	Правила поведения на уроках физической культуры	1	22.09.23	
8	Понятие гимнастики и спортивной гимнастики	1	26.09.23	
9	Исходные положения в физических упражнениях	1	29.09.23	
10	Учимся гимнастическим упражнениям	1	03.10.23	
11	Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом	1	06.10.23	
12	Акробатические упражнения, основные техники	1	10.10.23	
13	Акробатические упражнения, основные техники	1	13.10.23	
14	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1	17.10.23	
15	Способы построения и повороты стоя на месте	1	20.10.23	
16	Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег)	1	24.10.23	
17	Гимнастические упражнения с мячом	1	27.10.23	
18	Гимнастические упражнения со скакалкой	1	07.11.23	

19	Гимнастические упражнения в прыжках	1	10.11.23	
20	Подъем туловища из положения лежа на спине и животе	1	14.11.23	
21	Подъем ног из положения лежа на животе	1	17.11.23	
22	Сгибание рук в положении упор лежа	1	21.11.23	
23	Разучивание прыжков в группировке	1	24.11.23	
24	Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами	1	28.11.23	
25	Чем отличается ходьба от бега	1	01.12.23	
26	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1	05.12.23	
27	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1	08.12.23	
28	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1	12.12.23	
29	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1	15.12.23	
30	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1	19.12.23	
31	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1	22.12.23	
32	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1	26.12.23	
33	Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой	1	29.12.23	
34	Правила выполнения прыжка в длину с места	1	09.01.24	
35	Разучивание одновременного отталкивания двумя ногами	1	12.01.24	
36	Приземление после спрыгивания с горки матов	1	16.01.24	
37	Обучение прыжку в длину с места в полной координации	1	19.01.24	
38	Разучивание техники выполнения	1	23.01.24	

	прыжка в длину и в высоту с прямого разбега			
39	Разучивание фазы приземления из прыжка	1	26.01.24	
40	Разучивание фазы разбега и отталкивания в прыжке	1	30.01.24	
41	Разучивание выполнения прыжка в длину с места	1	02.02.24	
42	Считалки для подвижных игр	1	06.02.24	
43	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1	09.02.24	
44	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1	13.02.24	
45	Обучение способам организации игровых площадок	1	16.02.24	
46	Обучение способам организации игровых площадок	1	27.02.24	
47	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1	01.03.24	
48	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1	12.03.24	
49	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1	15.03.24	
50	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1	19.03.24	
51	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1	22.03.24	
52	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1	05.04.24	
53	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1	09.04.24	
54	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1	12.04.24	
55	ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы	1	16.04.24	
56	Основные правила, ТБ на уроках, особенности проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО	1	19.04.24	
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные	1	23.04.24	

	игры			
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1	26.04.24	
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1	30.04.24	
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1	03.05.24	
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	07.05.24	
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1	10.05.24	
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	14.05.24	
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	17.05.24	
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1	21.05.24	
66	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1	24.05.24	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66		

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 1" С.П. КАХУН УРВАНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КБР Понежева Фатима Мухамедовна, Директор	00 D3 3C EC 5A 1D 2F 4F D7 BD 65 16 91 F0 08 CD58 действителен с 21.03.2023 07:20 по 13.06.2024 07:20	29.08.2023 Подпись верна

Идентификатор документа: ON_NSCHFDOPPR_2AL-054D2A0E-0782-4C00-8F64-0754A07773A7-00001_2AE75689903-7BD3-4175-911C-67BFBA2F15DD_20230828_50c9f9d9-602a-4e66-83f9-33f14a4663bc