РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
на заседании методического объединения учителей естественно-научного цикла МКОУ СОШ №1с.п.Кахун Протокол №1 от 26.08.2023г	Заместитель директора по УВР МКОУ СОШ №1с.п.Кахун Мокова З.А. «28» августа 2023г	Директор МКОУ СОШ №1 с.п. Кахун _____/ Понежева Ф.М./ Приказ №76-ОД от 29.08.2023г|

Календарно-тематическое планирование

по предмету «Физическая культура » для 11 класса

Составитель:
Учитель физической культуры
Унакафов М.М.

Календарно-тематическое планирование
по предмету «Физическая культура»

10 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения	
			по плану	по факту
1.	Здоровый образ жизни как условие активной жизнедеятельности человека	1	04.09	
2.	Основные направления и формы организации физической культуры в современном обществе	1	05.09	
3.	Комплекс упражнений атлетической гимнастки для занятий кондиционной тренировкой	1	11.05	
4.	Комплекс упражнений атлетической гимнастки для занятий кондиционной тренировкой	1	12.05	
5.	Комплекс упражнений аэробной гимнастики для занятий кондиционной тренировкой	1	18.05	
6.	Комплекс упражнений аэробной гимнастики для занятий кондиционной тренировкой	1	19.05	
7.	Техническая подготовка в футболе	1	25.05	
8.	Тактическая подготовка в футболе	1	26.05	
9.	Развитие силовых и скоростных способностей средствами игры футбол	1	02.10	
10.	Развитие координационных способностей средствами игры футбол	1	03.10	
11.	Развитие выносливости средствами игры футбол	1	09.10	
12.	Совершенствование технических действий в передаче мяча, стоя на месте и в движении	1	10.10	
13.	Совершенствование техники ведение мяча и во взаимодействии с партнером	1	16.10	
14.	Совершенствование техники удара по мячу в движении	1	17.10	
15.	Тренировочные игры по мини-футболу	1	23.10	
16.	Техника судейства игры футбол	1	24.10	
17.	Техническая подготовка в баскетболе	1	06.11	
18.	Тактическая подготовка в баскетболе	1	07.11	
19.	Развитие скоростных и силовых способностей средствами игры баскетбол	1	13.11	
20.	Развитие координационных способностей средствами игры баскетбол	1	14.11	

21.	Развитие выносливости средствами игры баскетбол	1	20.11	
22.	Совершенствование техники ведение мяча и во взаимодействии с партнером	1	21.11	
23.	Совершенствование техники броска мяча в корзину в движении	1	27.11	
24.	Совершенствование техники броска мяча в корзину в движении	1	28.11	
25.	Тренировочные игры по баскетболу	1	04.12	
26.	Техника судейства игры баскетбол	1	05.12	
27.	Техническая подготовка в волейболе	1	11.12	
28.	Тактическая подготовка в волейболе	1	12.12	
29.	Общефизическая подготовка средствами игры волейбол	1	18.12	
30.	Развитие скоростных способностей средствами игры волейбол	1	19.12	
31.	Развитие силовых способностей средствами игры волейбол	1	25.12	
32.	Развитие координационных способностей средствами игры волейбол	1	26.12	
33.	Развитие выносливости средствами игры волейбол	1	09.01	
34.	Совершенствование техники нападающего удара	1	15.01	
35.	Совершенствование техники одиночного блока	1	16.01	
36.	Совершенствование тактической действий во время защиты и нападения в условиях учебной и игровой деятельности	1	22.01	
37.	Тренировочные игры по волейболу	1	23.01	
38.	Техника судейства игры волейбол	1	29.01	
39.	Спортивная подготовка (СФП) по избранному виду спорта	1	30.01	
40.	Спортивная подготовка (СФП) по избранному виду спорта	1	05.02	
41.	Спортивная подготовка (СФП) по избранному виду спорта	1	06.02	
42.	Спортивная подготовка (СФП) по избранному виду спорта	1	12.02	
43.	Спортивная подготовка (СФП) по избранному виду спорта	1	13.02	

44.	Спортивная подготовка (СФП) по избранному виду спорта	1	19.02	
45.	Спортивная подготовка (СФП) по избранному виду спорта	1	20.02	
46.	Спортивная подготовка (СФП) по избранному виду спорта	1	26.02	
47.	Участие в соревнованиях	1	27.02	
48.	Участие в соревнованиях	1	04.03	
49.	Участие в соревнованиях	1	05.03	
50.	Судейство соревнований	1	11.03	
51.	Судейство соревнований	1	12.03	
52.	Знания о ГТО	1	18.03	
53.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 60 м или 100 м	1	19.03	
54.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 60 м или 100 м	1	08.04	
55.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 2000 м или 3000 м	1	09.04	
56.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 2000 м или 3000 м	1	15.04	
57.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км или 5 км	1	16.04	
58.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 3 км или 5 км	1	22.04	
59.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине. Рывок гири 16 кг. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1	23.04	
60.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине. Рывок гири 16 кг. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1	29.04	
61.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	1	30.04	
62.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1	06.05	
63.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места	1	06.05	

	толчком двумя ногами			
64.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1	07.05	
65.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 500 г(д), 700 г(ю)	1	13.05	
66.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Стрельба (пневматика или электронное оружие)	1	14.05	
67.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10 м	1	20.05	
68.	Фестиваль «Мы готовы к ГТО!». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 6 ступени	1	21.05	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68		

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