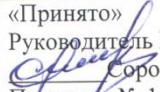

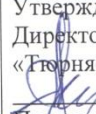


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Тюрясевская средняя общеобразовательная школа Нурлатского муниципального  
района Республики Татарстан»

«Принято» Руководитель ШМО  Сороколетов С.А. Протокол № 1 от «15» августа 2022 г.	«Согласовано» Зам.директора по УР МБОУ «Тюрясевская СОШ»  Васильева С.И. «15» августа 2022 г.	Утверждаю Директор МБОУ «Тюрясевская СОШ»  Михейкин В.А. Приказ № 86-ОД от «15» августа 2022 г.
---	---	--



**Календарно-тематическое планирование  
по индивидуальному обучению  
физкультура , 7 класс**

**Сороколетова Сергея Алексеевича.**

Принято на заседании  
педагогического совета  
протокол №1 от «15» августа 2022 г

№	Содержание	Дата	Факт.
1	Инструктаж по ТБ. Терминология спринтерского бега.	2	
2	Реакция организма на различные физические нагрузки.	16	
3	Развитие скоростно-силовых качеств.	30	
4	Метание мяча в горизонтальную цель (1х 1) с 8 м и на дальность с 4-5 шагов разбега.		
5	Развитие выносливости. Основные приемы самоконтроля.		
6	Развитие координационных способностей. Правила игры в баскетбол.		
7	Развитие координационных способностей. Правила игры в баскетбол.		
8	Ведение мяча с изменением направления и скорости. Передача мяча донной рукой от плеча.		
9	Ведение мяча с изменением направления и скорости.		
10	Стойка и передвижение игрока. Поворот на месте.		
11	Развитие координационных способностей.		
12	ТБ на уроках гимнастики.		
13	Ритмическая гимнастика. Развитие гибкости,		
14	Упражнения в равновесии		
15	Развитие гибкости, координационных способностей.		
16	Правила игры в бадминтон. Способы хвата		
17	Стойка и передвижение игрока. Подача.		
18	Удары ракеткой сверху, снизу.		
19	ТБ на уроках лыжной подготовки. ОРУ без лыж		
20	Попеременный двухшажный ход,		
21	Одновременный бесшажный		
22	Одновременный одношажный ход.		
23	Подъем в гору скользящим шагом.		
24	Развитие выносливости.		
25	Правила игры в волейбол.		
26	Нижняя прямая подача с расстояния 4-6 м. от сетки.		
27	Нижняя прямая подача с расстояния 4-6 м. от сетки.		
28	Передача мяча сверху двумя руками через сетку		
29	Передача мяча сверху двумя руками через сетку		
30	Метание мяча в горизонтальную цель (1х 1) с 8 м и на дальность с 4-5 шагов разбега.		
31	Специальные беговые упражнения.		
32	Метание м/мяча в даль.		
33	Инструктаж по Т/Б по плаванию.		
34	Способы плавания.		
35	Резерв.		