

«Рассмотрено»
Руководитель ШМО
МБОУ «Гимназия №5 ЗМР
РТ»
_____/М.Д.Халитов/
«28»августа 2024г.

«Согласовано»
Заместитель директора по УР
(ВР)
МБОУ «Гимназия №5 ЗМР
РТ»
_____/ Р.Р. Гатауллин/
«29» августа 2024г.

«Утверждено»
Директор МБОУ
«Гимназия №5 ЗМР РТ»
_____/Г.Н. Нуриева/
«31»августа 2024г.

Введено в действие
по приказу № 156 от «31» августа 2024 г.

Календарно-тематическое планирование
по физической культуре
(ID 2486997)
для начального общего образования

Срок освоения программы: 4 года (4 класс)

учителя физической культуры

Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
«Гимназия №5 Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан»
Рахимов Ильдус Юсупович
(высшая квалификационная категория)

Принято на заседании
педагогического совета
гимназии №5
Протокол №1
от «29» августа 2024г.

2024-2025 учебный год

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы	
1.	Истории развития физической культуры в России, история развития национальных видов спорта	1		1	
2.	Техника безопасности на уроках легкой атлетики и кроссовой подготовки. Ходьба и бег.	1		1	
3.	Обучение технике высокого старта.	1		1	
4.	Совершенствование техники высокого старта.	1		1	
5.	Высокий старт. Бег 30 метров – тест.	1	1		тестирование
6.	Старты из различных исходных положений.	1		1	
7.	Самостоятельная физическая подготовка	1		1	
8.	Техника безопасности на уроках подвижных игр. Стойки, передвижения, повороты.	1		1	
9.	Стойки, передвижения, повороты, остановки.	1	1		зачет
10.	Ловля и передача мяча на месте.	1		1	
11.	Закаливание организма	1		1	
12.	Ловля и передача мяча на месте и с шагом.	1		1	
13.	Ловля и передача мяча со сменой мест. Ловля и передача мяча на месте – на результат.	1	1		зачет
14.	Ведение мяча на месте правой и левой рукой.	1		1	
15.	Ведение мяча на месте правой и левой рукой с заданиями.	1		1	
16.	Ведение мяча в движении.	1		1	
17.	Ведение мяча в движении с заданиями. Ведение мяча – на результат.	1	1		зачет
18.	Бросок мяча с места.	1		1	
19.	Техника безопасности на уроках гимнастики. Строевые упражнения.	1		1	
20.	Строевые действия в шеренге	1		1	

	и колонне; выполнение строевых команд.				
21.	Акробатические упражнения. Упоры; седы.	1	1		зачет
22.	Акробатические упражнения в группировке; перекаты	1		1	
23.	Стойка на лопатках.	1	1		зачет
24.	Стойка на лопатках. Кувырки вперед и назад.	1		1	
25.	Кувырки вперед и назад. Гимнастический мост.	1	1		зачет
26.	Обучение акробатической комбинации: 1) мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев.	1		1	
27.	Совершенствование акробатической комбинации: 1) мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев.	1		1	
28.	Акробатическая комбинация: 1) мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев – на результат.	1	1		зачет
29.	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1		1	
30.	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1		1	
31.	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1	1		зачет
32.	Повороты на лыжах способом переступания	1		1	
33.	Повороты на лыжах способом переступания	1		1	
34.	Повороты на лыжах способом переступания	1	1		зачет
35.	Повороты на лыжах способом переступания	1		1	
36.	Повороты на лыжах способом переступания	1		1	

37.	Повороты на лыжах способом переступания	1	1		зачет
38.	Повороты на лыжах способом переступания	1		1	
39.	Повороты на лыжах способом переступания	1		1	
40.	Повороты на лыжах способом переступания	1	1		зачет
41.	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1		1	
42.	Ходьба и бег с выполнением заданий по сигналу.	1		1	
43.	Стойка игрока и перемещения.	1		1	
44.	Передача мяча сверху двумя руками.	1		1	
45.	Передача мяча сверху двумя руками – на результат.	1	1		зачет
46.	Передача мяча сверху двумя руками с 3 метровой линии.	1		1	
47.	Передача мяча сверху двумя руками с 3 метровой линии – на результат.	1	1		зачет
48.	Эстафеты.	1		1	
49.	Эстафеты.	1		1	
50.	Эстафеты.	1	1		Зачет
51.	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1		1	
52.	Бег 30 метров – тест.	1	1		тестирование
53.	Старты из различных исходных положений.	1		1	
54.	Стартовый разгон.	1		1	
55.	Челночный бег 3х10 м – тест.	1	1		тестирование
56.	Эстафеты.	1		1	
57.	Бег 60 метров – учет.	1	1		тестирование
58.	Метание мяча в вертикальную цель.	1		1	
59.	Метание мяча с места на дальность.	1		1	
60.	Метание мяча с разбега.	1		1	
61.	Метание мяча с разбега – на результат.	1	1		тестирование
62.	Эстафеты.	1		1	
63.	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ.	1		1	

	Игра «Бросай и поймай»				
64.	Продолжить обучение ловли мяча на месте. ОРУ. Игра «Бросай и поймай»	1		1	
65.	Ловля мяча на месте. Передача мяча в колоннах.	1		1	
66.	Ловля мяча на месте. Передача мяча в колоннах.	1	1		зачет
67.	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты. С мячом. Игра «Мяч соседу».	1		1	
68.	Эстафеты. С мячом. Игра «Мяч соседу».	1		1	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68			