

«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»августа2024г.

Введено в действие  
по приказу № 156 от «31» августа2024 г.

Календарно –тематическое планирование

**ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Учебного предмета**  
**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**  
**(ID 1509688)**

(для 7 классов образовательных организаций)

учителя физической культуры  
Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения  
«Гимназия №5 Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан»  
Халитов Марат Дамирович  
(высшая квалификационная категория)

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

2024-2025 учебный год

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Виды, формы контроля	Дата проведен ия
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Техника безопасности на уроках легкой атлетики.	1		1		3.09
2.	Обучение. Спринтерский бег (техника низкого старта).	1		1		7.09
3.	Контрольный. Спринтерский бег. (бег 30 метров с низкого старта).	1	1		тестирование	10.09
4.	Совершенствование. Спринтерский бег (бег по дистанции)	1		1		14.09
5.	Контрольный. Спринтерский бег (бег 60 метров с низкого старта);Прыжок в длину с места.	1	1		тестирование	17.09
6.	Комбинированный. Прыжок в длину с места.	1		1		21.09
7.	Контрольный. Прыжок в длину с места.	1	1		зачет	24.09
8.	Обучение. Метание малого мяча.	1		1		28.09
9.	Комбинированный. Метание малого мяча на дальность.	1		1		01.10
10.	Совершенствование. Метание малого мяча на дальность.	1		1		5.10
11.	Контрольный. Метание малого мяча с разбега на дальность.	1	1		зачет	8.10
12.	Обучение. Прыжки через скакалку.	1		1		12.10
13.	Контрольный. Прыжки через скакалку за 1 минуту.	1	1		тестирование	15.10
14.	Обучение. Прыжки в высоту способом согнув ноги	1		1		19.10
15.	Контрольный. Прыжки в высоту способом согнув ноги	1	1		зачет	22.10

16.	Обучение. Бег на длинные дистанции	1		1		26.10
17.	Совершенствование. Бег на длинные дистанции.	1		1		9.11
18.	Контрольный. Тест- 1000 м.	1	1		тестирование	12.11
19.	Техника безопасности на уроках гимнастики с элементами акробатики.	1		1		16.11
20.	Контрольный. Строевые упражнения.	1	1			19.11
21.	Обучение. Подтягивание на перекладине. Кувырок вперед и назад.	1		1		23.11
22.	Контрольный. Подтягивания на перекладине. Кувырок вперед-назад.	1	1		зачет	26.11
23.	Обучение. Кувырок вперед-назад. Стойка на лопатках.	1		1		30.11
24.	Контрольный. Стойка на лопатках. Кувырок вперед-назад.	1	1		зачет	03,12
25.	Обучение. Метание набивного мяча из-за головы в положении сед.	1		1		07,12
26.	Контрольный. Метание набивного мяча из-за головы в положении сед.	1	1		зачет	10,12
27.	Правила поведения и техники безопасности при занятиях плаванием в плавательном бассейне и на открытых водоемах в различное время года.	1		1		14.12
28.	Спортивные способы плавания	1		1		17.12
29.	Спортивные способы плавания	1		1		21.12
30.	Спортивные способы плавания	1	1		зачет	24.12
31.	Прикладные способы плавания: плавание на боку; брасс на спине; ныряние.	1		1		11.01
32.	Способы спасения пострадавшего на воде. Основные и подручные средства спасения на воде.	1		1		14.01
33.	Т/б. Торможение на лыжах способом «упор»	1		1		18.01

34.	Т/б. Торможение на лыжах способом «упор»	1		1		21.01
35.	Т/б. Торможение на лыжах способом «упор»	1	1		Зачет	01.02
36.	Поворот упором при спуске с пологого склона	1		1		04.02
37.	Поворот упором при спуске с пологого склона	1		1		08.02
38.	Поворот упором при спуске с пологого склона	1	1		Зачет	15-18,02
39.	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1		1		22.02
40.	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1		1		11.03
41.	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1	1		Зачет	
42.	Техника безопасности на уроках волейбола.	1		1		25.01
43.	Обучение. Стойка и передвижение игрока. Передача мяча двумя руками сверху.	1		1		28.01
44.	Контрольный. Прием и передача мяча двумя руками сверху.	1	1		Зачет	11.02
45.	Обучение. Прием и передача мяча двумя руками снизу.	1		1		19.04
46.	Контрольный. Прием и передача мяча двумя руками снизу.	1	1		зачет	22.04
47.	Обучение. Нижняя прямая подача мяча.	1		1		26.04
48.	Контрольный. Нижняя прямая подача мяча.	1	1		зачет	29.04
49.	Обучение. Верхняя прямая подача мяча.	1		1		3.05
50.	Техника безопасности на уроках баскетбола.	1		1		5.05
51.	Обучение. Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча на месте.	1		1		
52.	Контрольный. Ведение мяча на месте.	1	1		зачет	
53.	Обучение. Ведение мяча на месте. Ловля и передача мяча.	1		1		

54.	Контрольный. Ведение мяча в движении.	1	1		зачет	
55.	Т.Б. на уроках легкой атлетики. Совершенствование. Непрерывный бег.	1		1		5.04
56.	Совершенствование. Непрерывный бег.	1		1		8.04
57.	Контрольный. Непрерывный бег.	1	1		Тестирование	12.04
58.	Совершенствование. Спринтерский бег.	1		1		15.04
59.	Совершенствование. Спринтерский бег.	1		1		19.04
60.	Контрольный. Спринтерский бег. Прыжки в длину с места.	1	1		тестирование	22.04
61.	Техника безопасности на уроках мини-футбола.	1		1		26.04
62.	Обучение. Ведение и передачи футбольного мяча.	1		1		29.04
63.	Контрольный. Ведение футбольного мяча.	1	1		зачет	3.05
64.	Обучение. Жонглирование и передачи футбольного мяча.	1		1		5.05
65.	Контрольный. Передачи и жонглирование футбольного мяча.	1	1		зачет	10.05
66.	Совершенствование. Жонглирование футбольного мяча.	1		1		13.05
67.	Контрольный. Жонглирование футбольного мяча.	1	1			16
68.	Учебная игра в мини-футбол.	1		1		20
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68				

