

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «НОВОАЗОВСКАЯ  
ШКОЛА №3  
НОВОАЗОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА»  
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

РАССМОТРЕНО

на заседании ШМО  
учителей начальных  
классов

Протокол от « 20 »  
августа 2024 г. № 1

Руководитель ШМО  
Л.И. Беззапонова

СОГЛАСОВАНО

зам. директора по УВР  
Е.Н. Зубчевская  
« 20 » августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ  
«Новоазовская школа №3  
Новоазовского м.о.»



А.Г. Павлюк

« 20 » августа 2024 г.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

предмета «Физическая культура»

для 4 класса

Разработал учитель:  
Дубова Татьяна Викторовна

2024-2025 учебный год

## КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Ко ли чес тв о ча сов	К о н т р о л ь н ы е р а б о т ы	П р а к т и ч е с к и е р а б о т ы	Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	При меч ание				
<b>Тема 1. Знания о физической культуре (2ч.)</b>											
1	Из истории развития физической культуры в России				<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; text-align: center;">Пла н</td> <td style="width: 50%; text-align: center;">Фа кт</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">02.09.</td> <td></td> </tr> </table>	Пла н	Фа кт	02.09.		<a href="https://rsc-olympic.com/1787/">https://rsc-olympic.com/1787/</a>	
Пла н	Фа кт										
02.09.											

2	Из истории развития национальных видов спорта	1			05.09.		<a href="https://rsc-olympic.com/1787/">https://rsc-olympic.com/1787/</a>
<b>Тема 2. Самостоятельная физическая подготовка (3ч.)</b>							
3	Самостоятельная физическая подготовка	1			09.09.		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7131/conspect/262119/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7131/conspect/262119/</a>
4	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1			12.09.		
5	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1			16.09.		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6185/conspect/224374/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6185/conspect/224374/</a>
<b>Тема 3. Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении (2 ч.)</b>							
6	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры	1			19.09.		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/61">https://resh.edu.ru/subject/lesson/61</a>

						86/conspect/1946 05/	
7	Оказание первой помощи на занятиях физической культуры	1			23.09.		
<b>Тема 4. Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела (1ч.)</b>							
8	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1			26.09.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6185/conspect/224374/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6185/conspect/224374/</a>	
<b>Тема5. Закаливание организма (1ч.)</b>							
9	Закаливание организма	1			03.10.	<a href="https://koicrb.ru/zozh/67-zakalivanie">https://koicrb.ru/zozh/67-zakalivanie</a>	
<b>Тема 6. Гимнастика с основами акробатики (14 ч.)</b>							
10	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1			07.10.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/conspect/194631/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/conspect/194631/</a>	
11	Акробатическая комбинация	1			10.10.		
12	Акробатическая комбинация	1			14.10.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7141/conspect/262053/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7141/conspect/262053/</a>	
13	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1			17.10.		

14	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1			21.10.		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7137/conspect/261376/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7137/conspect/261376/</a>
15	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1			24.10.		
16	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1			07.11.		<a href="https://mydocx.ru/3-30477.html">https://mydocx.ru/3-30477.html</a>
17	Обучение опорному прыжку	1			11.11.		
18	Обучение опорному прыжку	1			14.11.		<a href="https://www.youtube.com/watch?v=y5xhtsy5cuM">https://www.youtube.com/watch?v=y5xhtsy5cuM</a>
19	Упражнения на гимнастической перекладине	1			18.11.		
20	Упражнения на гимнастической перекладине	1			21.11.		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/conspect/194631/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/conspect/194631/</a>
21	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине	1			25.11.		
22	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1			28.11.		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7141/conspect/262053/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7141/conspect/262053/</a>
23	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1			02.12.		

**Тема 7. Легкая атлетика (9 ч.)**

24	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1		05.12.		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5165/conspect/
25	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1		09.12.		
26	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1		12.12.		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5165/conspect/89176/
27	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1		16.12.		
28	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1		19.12.		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3679/conspect/196807/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3679/conspect/196807/</a>
29	Беговые упражнения	1		23.12.		
30	Беговые упражнения	1		26.12.		https://www.sites.google.com/site/nvmsport/metodiceskie-
31	Метание малого мяча на дальность	1		09.01.		
32	Метание малого мяча на дальность	1		13.01.		<a href="https://www.sites.google.com/site/metaniemaca/voprosy-i-zadania">https://www.sites.google.com/site/metaniemaca/voprosy-i-zadania</a>

**Тема 8. Подвижные и спортивные игры (16 ч.)**

33	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1		16.01.		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/conspect/326643/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/conspect/326643/</a>
34	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1		20.01.		
35	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1		23.01.		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6076/conspect/194177/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6076/conspect/194177/</a>
36	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1		27.01.		
37	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1		30.01.		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4133/conspect/192373/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4133/conspect/192373/</a>
38	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1		03.02.		
39	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1		06.02.		<a href="https://megaobuchalka.ru/13/7507.html">https://megaobuchalka.ru/13/7507.html</a>
40	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1		10.02.		

41	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1			13.02.		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4963/conspect/43531/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4963/conspect/43531/</a>	
42	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1			17.02.			
43	Упражнения из игры волейбол	1			20.02.			
44	Упражнения из игры волейбол	1			27.02.		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4825/conspect/224032/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4825/conspect/224032/</a>	
45	Упражнения из игры баскетбол	1			03.03.		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4825/conspect/224032/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4825/conspect/224032/</a>	
46	Упражнения из игры баскетбол	1			06.03.			
47	Упражнения из игры футбол	1			13.03.		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4963/conspect/43531/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4963/conspect/43531/</a>	
48	Упражнения из игры футбол	1			17.03			
<b>Тема 9. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (14ч.)</b>								
49	Правила выполнения спортивных нормативов 3 ступени	1			20.03.		<a href="https://vbadminton.ru/volan-otchayaniya/oa-chetverikova-osnovy">https://vbadminton.ru/volan-otchayaniya/oa-chetverikova-osnovy</a>	
50	Правила ТБ на уроках. Здоровье и ЗОЖ. ГТО в наше время	1			03.04.			

51	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			07.04.		<a href="https://olymps.ru/vidy-sporta/">https://olymps.ru/vidy-sporta/</a>
52	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1			10.04.		
53	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1			14.04.		<a href="https://poisk-ru.ru/s27860t8.html">https://poisk-ru.ru/s27860t8.html</a> <u>1</u>
54	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1			17.04.		
55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1			24.04.		<a href="https://kubsau.ru/upload/iblock/123/123c1adf68d20389d9e9214172cd80d8.pdf">https://kubsau.ru/upload/iblock/123/123c1adf68d20389d9e9214172cd80d8.pdf</a>
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса	1			28.04.		

	ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты						
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты. Челночный бег 3*10м.	1		05.05.		<a href="https://kubsau.ru/upload/iblock/123/123c1adf68d20389d9e9214172cd80d8.pdf">https://kubsau.ru/upload/iblock/123/123c1adf68d20389d9e9214172cd80d8.pdf</a>	
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1		08.05.			
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1		15.05.			
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком	1		19.05.			

	двумя ногами. Эстафеты . . Метание мяча весом 150г.						
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			22.05.		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7439/conspect/263012/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7439/conspect/263012/</a>
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			26.05.		
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ	62	0	0			

