

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
городского округа Королев Московской области  
«Средняя общеобразовательная школа № 14»

УТВЕРЖДАЮ  
Приказ № 113А от 30.08.2019г.  
Директор МБОУ СОШ № 14  
/В.А.Белецкая

**Календарно-тематическое планирование**  
по предмету  
**физическая культура**  
7 класс  
2 часа в неделю

Составитель: Голодьева Татьяна Владимировна,  
учитель физической культуры  
высшей квалификационной категории.

Смольков Иван Михайлович,  
учитель физической культуры  
первой квалификационной категории.

Резчиков Кирилл Игоревич,  
учитель физической культуры  
первой квалификационной категории.

2019 г.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА 7 КЛАСС**

№ п/п	Тема урока	Плановые сроки прохождения	Скорректированные сроки прохождения	
			7а	7б
1.	Вводный инструктаж. . Спринтерский бег, эстафетный бег	02-06.09		
2.	ИОТ-89-2019. Высокий старт. Эстафетный бег	02-06.09		
3.	ИОТ-19-2019. Эстафетный бег.	09-13.09		
4.	Бег по дистанции. Финиширование. Эстафеты	09-13.09		
5.	Прыжок в длину согнув ноги, метание малого мяча	16-20.09		
6.	Бег 60м. Круговая эстафета. Метание мяча	16-20.09		
7.	Прыжок в длину согнув ноги, метание малого мяча	23-27.09		
8.	Бег на средние дистанции	23-27.09		
9.	Бег 1500 метров без учёта времени.	30.09-04.10		
10.	Прыжки и многоскоки. Развитие силовых и координационных способностей	30.09-4.10		
11.	Техника прыжка. Развитие силовых и координационных способностей	07-11.10		
12.	Прыжок в длину с разбега	07-11.10		
13.	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий	14-18.10		
14.	Бег на выносливость	14-18.10		
15.	Равномерный бег	21-25.10		
16.	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий	21-25.10		
17.	Равномерный бег, метание	28.10-01.11		
18.	Равномерный бег, прыжки	28.10-01.11		
19.	ИОТ-17-2019. Строевые упражнения	11-15.11		
20.	Висы и упоры. Строевые упражнения	11-15.11		
21.	Висы и упоры. Строевые упражнения	18-22.11		
22.	Кувырок вперёд	18-22.11		
23.	Перекат назад	25-29.11		
24.	Стойка на лопатках	25-29.11		
25.	Стойка на голове	02-06.12		
26.	Акробатический «мост»	02-06.12		
27.	Акробатическая комбинация	09-13.12		
28.	Акробатическая комбинация	09-13.12		

№ п/п	Тема урока	Плановые сроки прохождения	Скорректированные сроки прохождения	
			7а	7б
29.	Акробатическая комбинация	16-20.12		
30.	Акробатическая комбинация	16-20.12		
31.	Подтягивание из положения виса	23-27.12		
32.	ИОТ-21-2019 Эстафеты с элементами акробатика	23-27.12		
33.	ИОТ-89-2019. Переноска лыж	13-17.01		
34.	ИОТ-18-2019. Лыжные ходы	13-17.01		
35.	Спуски и подъёмы	20-24.01		
36.	Спуски и подъёмы	20-24.01		
37.	Лыжные ходы	27-31.01		
38.	Передвижение на лыжах	27-31.01		
39.	Передвижение на лыжах	03-07.02		
40.	Передвижение на лыжах (2км)	03-07.02		
41.	Передвижение на лыжах (3км)	10-14.02		
42.	Передвижение на лыжах по пересечённой местности	10-14.02		
43.	Передвижение на лыжах по пересечённой местности	17-21.02		
44.	Передвижение на лыжах по пересечённой местности	17-21.02		
45.	Лыжные гонки	24-28.02		
46.	Лыжные гонки	24-28.02		
47.	Лыжная эстафета	02-06.03		
48.	ИОТ-20-2019 Терминология спортивных игр. Правила и организация избранной игры	02-06.03		
49.	Передвижение игрока, повороты с мячом	09-13.03		
50.	Передвижение игрока, повороты с мячом	09-13.03		
51.	Техника ведения мяча в движении	16-20.03		
52.	Передача мяча разными способами в движении. Мини-баскетбол	16-20.03		
53.	Передача мяча разными способами в движении. Мини-баскетбол	30.03-03.04		
54.	Стойка волейболиста и передвижения, повороты, остановки	30.03-03.04		
55.	Прием и передача мяча сверху двумя руками	06-10.04		
56.	Прием и передача мяча сверху двумя руками	06-10.04		
57.	Передача мяча снизу	13-17.04		
58.	Нижняя прямая подача мяча	13-17.04		
59.	Нижняя прямая подача мяча	20-24.04		

№ п/п	Тема урока	Плановые сроки прохождения	Скорректированные сроки прохождения	
			7а	7б
60.	Прямой нападающий удар	20-24.04		
61.	Комбинации из освоенных элементов (прием, передача, удар)	27.04-01.05		
62.	Тактика игры в волейбол	27.04-01.05		
63.	ИОТ-19-2019 Преодоление препятствий	04-08.05		
64.	Бег на результат 60 м	04-08.05		
65.	Бег по дистанции. Челночный бег 3x10.	11-15.05		
66.	Бег по пересечённой местности 17 мин	11-15.05		
67.	Бег 2000 м без учёта времени	18-22.05		
68.	Финальное усилие. Эстафеты	18-22.05		
69.	Эстафетный бег	25-29.05		
70.	Разновидности прыжков	02-06.09		
	<b>ИТОГО</b>	<b>70</b>		

СОГЛАСОВАНО:

Протокол заседания методического объединения учителей учителей физической культуры от 30.08.2019 № 01  
Руководитель ЦМО



/Резников К.И./

«30» августа 2019 год

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора по УВР



/Шахова Е.Ю./

«30» августа 2019 год