

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ на 2022-2023 учебный год.  
Школьный спортивный клуб «Престиж» класс.**

№ п / п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения		Виды, формы контроля	Примечание
		всего	контрол ьные работы	практичес кие работы	По плану	По факту		
Раздел 1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ								
1	Режим дня.	1			7.09		Практические занятия.	
2	История развития клубов спортивных направлений. История возникновения комплекса «ГТО!».	1			14.09		Практические занятия.	
3	Закаливание здорового образа жизни. Бег на длинные дистанции.	1			21.09		Практические занятия.	
Итого по разделу		3						
Раздел 2. СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ								
4	Режим дня и его значение для современного школьника. Прыжок в длину с места.	1			28.09		Практические занятия.	
5	Самостоятельное составление индивидуального режима дня.	1			5.10		Практические занятия.	
6	История развития спортивных игр. Осенний фестиваль ГТО.				12.10		Практические занятия.	
Итого по разделу		3						
Раздел 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ								

7	Спортивно-тренировочная игра «Волейбол», История развития.	1			19.10		Практические занятия.	
8	Правила игры в «Волейбол». Метание спортивного снаряда.	1			26.10		Практические занятия.	
9	Передвижение по площадке.	1			9.11		Практические занятия.	
10	Способы передачи мяча.	1			16.11		Практические занятия.	
11	Изучение способов подачи мяча. Подтягивание на перекладине(отдельно девочки, мальчик).	1			23.11		Практические занятия.	
12	Изучение «Прямой нижней подачи».	1			30.11		Практические занятия.	
13	Изучение «Боковой нижней подачи».	1			7.12		Практические занятия.	
14	Прямая верхняя подача.	1			14.12		Практические занятия.	
15	Учебно-тренировочная ига «Волейбол».	1			21.12		Практические занятия.	
16	Учебно-тренировочная ига «Волейбол».	1			28.12		Практические занятия.	
17	Учебно-тренировочная ига «Волейбол». Соревнования «Лыжные гонки».	1			11.01		Практические занятия.	
18	Соревнования по «Волейболу». Сдача ОФП «Сгибание разгибание рук в упоре лежа».	1			18.01		Практические занятия.	
19	История развития «Баскетбола». Соревнования среди школ в зачет спартакиады «Футбол».	1			25.01		Практические занятия.	
20	Правила игры в «Баскетбол». Зимний фестиваль ГТО.	1			1.02		Практические занятия.	
21	Основные виды передвижения по площадке. Соревнования «КЭС	1			8.02		Практические занятия.	

	Баскет». Сдача ОФП «Наклон вперед количество раз»,							
22	Передвижение по площадке правым, левым боком.	1			15.02		Практические занятия.	
23	Ведение и обведение мяча «Змейкой».	1			22.02		Практические занятия.	
24	Изучение основных видов передачи мяча. Соревнование по легкой атлетике.	1			1.03		Практические занятия.	
25	Передача мяча «От груди двумя руками». Соревнования «Фестиваль ГТО».	1			15.03		Практические занятия.	
26	Передача мяча «Из-за головы».	1			22.03		Практические занятия.	
27	Передача мяча «Снизу двумя руками».	1			5.04		Практические занятия.	
28	Ведение мяча сптной. Соревнования «Мини-лапта».	1			12.04		Практические занятия.	
29	История развития игры «Футбол».	1			19.04		Практические занятия.	
30	Правила игры в «Футбол». Соревнования «Ориентирование в помещении»,	1			26.04		Практические занятия.	
Итого по разделу		24						
Раздел 4. СПОРТ								
31	Обведение мяча «Змейкой». Бег 30 м.	1			3.05		Практические занятия.	
32	Подвижные игры на свежем воздухе. Бег на длинные дистанции.	1			10.05		Практические занятия.	
33	Подвижные игры на свежем воздухе.	1			17.05		Практические занятия.	
34	Подвижные игры на свежем воздухе.	1			24.05		Практические занятия.	

Итого по разделу

4

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ 34