**7 Б класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Темаурока** | **Количествочасов** | **Дата изучения** | **Элеектронные цифровые образовательные ресурсы** |
| 1 | Истоки развития олимпизма в России | 1 | 03.09 | https://resh.edu.ru |
| 2 | Соблюдение правил техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями | 1 | 04.09 | https://resh.edu.ru |
| 3 | Упражнениядлякоррекциителосложения | 1 | 10.09 | https://resh.edu.ru |
| 4 | Упражнения для профилактики нарушения осанки | 1 | 11.09 | https://resh.edu.ru |
| 5 | Акробатическиекомбинации | 1 | 17.09 |  |
| 6 | Стойка на голове с опорой на руки | 1 | 18.09 |  |
| 7 | Преодолениепрепятствийнаступанием | 1 | 24.09 |  |
| 8 | Преодолениепрепятствийнаступанием | 1 | 25.09 |  |
| 9 | Преодолениепрепятствийпрыжковымбегом | 1 | 01.10 |  |
| 10 | Преодолениепрепятствийпрыжковымбегом | 1 | 02.10 |  |
| 11 | Эстафетныйбег | 1 | 08.10 |  |
| 12 | Эстафетныйбег | 1 | 09.10 |  |
| 13 | Прыжки с разбега в длину и в высоту | 1 | 15.10 |  |
| 14 | Прыжки с разбега в длину и в высоту | 1 | 16.10 |  |
| 15 | Метание малого мяча в катящуюся мишень | 1 | 22.10 |  |
| 16 | Метание малого мяча в катящуюся мишень | 1 | 23.10 |  |
| 17 | Торможение на лыжах способом «упор» | 1 | 05.11 |  |
| 18 | Передача мяча после отскока от пола | 1 | 06.11 |  |
| 19 | Передача мяча после отскока от пола | 1 | 12.11 |  |
| 20 | Ловля мяча после отскока от пола | 1 | 13.11 |  |
| 21 | Ловля мяча после отскока от пола | 1 | 19.11 |  |
| 22 | Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения | 1 | 20.11 |  |
| 23 | Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения | 1 | 26.11 |  |
| 24 | Бросок мяча в корзину двумя рукам от груди после ведения | 1 | 27.11 | https://resh.edu.ru |
| 25 | Бросок мяча в корзину двумя рукам от груди после ведения | 1 | 03.12 |  |
| 26 | Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов | 1 | 04.12 |  |
| 27 | Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов | 1 | 10.12 |  |
| 28 | Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов | 1 | 11.12 |  |
| 29 | Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов | 1 | 17.12 | https://resh.edu.ru |
| 30 | Передача мяча через сетку двумя руками сверху | 1 | 18.12 |  |
| 31 | Передача мяча через сетку двумя руками сверху | 1 | 24.12 |  |
| 32 | Перевод мяча за голову | 1 | 25.12 |  |
| 33 | Перевод мяча за голову | 1 | 14.01 |  |
| 34 | Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов | 1 | 15.01 |  |
| 35 | Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов | 1 | 21.01 |  |
| 36 | Верхняяпрямаяподачамяча | 1 | 22.01 |  |
| 37 | Верхняяпрямаяподачамяча | 1 | 28.01 |  |
| 38 | Верхняяпрямаяподачамяча | 1 | 29.01 |  |
| 39 | Верхняяпрямаяподачамяча | 1 | 05.02 |  |
| 40 | Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов | 1 | 05.02 |  |
| 41 | Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов | 1 | 11.02 |  |
| 42 | Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов | 1 | 12.02 |  |
| 43 | Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов | 1 | 18.02 |  |
| 44 | Средние и длинные передачи мяча по прямой | 1 | 19.02 |  |
| 45 | Средние и длинные передачи мяча по прямой | 1 | 25.02 |  |
| 46 | Средние и длинные передачи мяча по диагонали | 1 | 26.02 |  |
| 47 | Тактические действия при выполнении углового удара | 1 | 04.03 |  |
| 48 | Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов | 1 | 05.03 |  |
| 49 | История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4 ступени. Правила ТБ. Перваяпомощьпритравмах | 1 | 11.03 | https://resh.edu.ru |
| 50 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м | 1 | 12.03 | https://resh.edu.ru |
| 51 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м | 1 | 18.03 |  |
| 52 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м | 1 | 19.03 |  |
| 53 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км | 1 | 01.04 |  |
| 54 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км | 1 | 02.04 |  |
| 55 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3\*10м | 1 | 08.04 |  |
| 56 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3\*10м | 1 | 09.04 |  |
| 57 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибаниерук в упорележанаполу | 1 | 15.04 |  |
| 58 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибаниерук в упорележанаполу | 1 | 16.04 |  |
| 59 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см | 1 | 22.04 |  |
| 60 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см | 1 | 23.04 |  |
| 61 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье | 1 | 29.04 |  |
| 62 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье | 1 | 30.04 |  |
| 63 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | 1 | 06.05 |  |
| 64 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | 1 | 07.05 |  |
| 65 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине | 1 | 13.05 |  |
| 66 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине | 1 | 14.05 |  |
| 67 | Фестиваль «Мы и ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 4 ступени | 1 | 20.05 |  |
| 68 | Фестиваль «Мы и ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 4 ступени | 1 | 21.05 | https://resh.edu.ru |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 68 |  | |