

Утверждаю.
 Директор школы: _____
 Белов Е. А.

ГБОУ СОШ с. Девлезеркино
 Календарно-тематический план занятий физической культурой обучающихся специальной медицинской группы
 на 2024-2025 учебный год.

Раздел учебной программы	1 четверть		2 четверть		3 четверть		4 четверть	
	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь - февраль	Март	Апрель	май
	27ч.		21 час					
Основы знаний	В процессе уроков							
Легкая атлетика	16							
	10 часов – теории 6 часов - практики							
Спринтерский бег	1 неделя теория							
Спринтерский бег	2 неделя теория+практика+конт роль							
метание	3 неделя теория+практика+конт роль							
прыжки	4 неделя теория+практика+конт роль							
прыжки								
Кроссовая подготовка		10					11	
		4 часа - практик и 6 часов - теории					4 часа - практи ки 7 часов - теории	

Упражнения для развития выносливости		5 неделя теория					26-27 неделя теория	
		6 неделя теория					28недел я практик а	
		7 неделя практика					29 неделя теория+ практик а + контрол ь	
		8 неделя 1 час контроль						
Подвижные игры с элементами баскетбола		1	9	4				
Стойки и передвижения, повороты, остановки.		8 неделя 1 час - теория	9 неделя теория+практ ика					
Ловля и передача мяча. Специальные беговые упражнения.			10 неделя теория					
Бросок мяча в корзину. Варианты ловли и передачи мяча.			11 неделя теория	12 неделя практика+т еория				
Развитие ловкости				13 неделя контроль				
Гимнастика				8	7			

Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки.				13-14 неделя теория+пра ктика				
Акробатические упражнения. Силовая подготовка.				15 неделя теория+пра ктика				
Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки.				16 неделя Контроль+ теория				
Игровые задания Развитие координационных способностей.					17 -18 неделя теория+ практик а			
Игровые задания с передачей мяча					19 неделя контрол ь			
Подвижные игры					2		1	12
Развитие координационных способностей. Эстафеты					19 неделя теория		30 неделя теория+ практик а	31-32 неделя теория+п рактика
Стойки и передвижения, остановки.								33-34 неделя теория+п рактика+

								контроль
Лыжная подготовка					12	9		
Развитие кондиционных и координационных способностей					20 -21 неделя теория			
Переменный двухшажный ход					22-23 неделя теория + практика	24 -25 неделя теория + практика		
Попеременный Двухшажный ход. Подъем «лесенкой»						25 неделя теория + практика+ контроль		
Развитие двигательных способностей	В процессе каждого урока							
Оздоровительная и корригирующая гимнастика	На каждом уроке							