

## Календарно-тематическое планирование 1 класс

№	Тема	Задания по формированию функциональной грамотности
1	<b>Знания о физической культуре (2 ч).</b> Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физическому развитию и физической подготовке.	
2	Связь физических упражнений с движениями животных и трудовыми действиями древних людей.	
3	<b>Спортивно-оздоровительная физическая культура (9ч)</b> Лёгкая атлетика(9 ч.) Равномерная ходьба и равномерный бег.	<a href="https://clck.ru/35rSfz">https://clck.ru/35rSfz</a>
4	Лёгкая атлетика. Равномерная ходьба и равномерный бег.	<b>Задание 3.</b>
5	Лёгкая атлетика. Равномерная ходьба и равномерный бег.	
6	Лёгкая атлетика. Прыжки в длину и высоту с места, толчком двумя ногами.	
7	Лёгкая атлетика. Прыжки в длину и высоту с места, толчком двумя ногами.	
8	Лёгкая атлетика. Прыжки в длину и высоту с места, толчком двумя ногами.	
9	Лёгкая атлетика. Прыжки в высоту с прямого разбега.	
10	Лёгкая атлетика. Прыжки в высоту с прямого разбега.	
11	Лёгкая атлетика. Прыжки в высоту с прямого разбега.	
12	<b>Физическое совершенствование.</b> <b>Оздоровительная физическая культура (1 ч.)</b> Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур.	
13	<b>Подвижные и спортивные игры (10 ч.)</b> Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.	<a href="https://clck.ru/35rSfz">https://clck.ru/35rSfz</a>
14	Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.	<b>Задание 1.</b>
15	Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.	
16	Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.	
17	Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.	
18	Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.	
19	Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.	
20	Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.	
21	Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.	
22	Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.	
23	<b>Способы самостоятельной деятельности (1 ч).</b> Режим дня, правила его составления и соблюдения.	

24	<b>Физическое совершенствование.</b> <b>Оздоровительная физическая культура (1 ч.).</b> Осанка и комплексы упражнений для правильного её развития.	
25	<b>Спортивно-оздоровительная физическая культура</b> Гимнастика с основами акробатики (18 ч.). Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе.	<a href="https://clck.ru/35rSfz">https://clck.ru/35rSfz</a>
26	Гимнастика с основами акробатики. Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа.	<b>Задание 2.</b>
27	Гимнастика с основами акробатики. Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа.	
28	Гимнастика с основами акробатики. Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги стоя на месте; повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.	
29	Гимнастика с основами акробатики. Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги стоя на месте; повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.	
30	Гимнастика с основами акробатики. Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги стоя на месте; повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.	
31	Гимнастика с основами акробатики. Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом; упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой; стилизованные гимнастические прыжки.	
32	Гимнастика с основами акробатики. Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом; упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой; стилизованные гимнастические прыжки.	
33	Гимнастика с основами акробатики. Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом; упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой; стилизованные гимнастические прыжки.	
34	Гимнастика с основами акробатики. Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом; упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой; стилизованные гимнастические прыжки.	
35	Гимнастика с основами акробатики. Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом; упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой; стилизованные гимнастические прыжки.	
36	Гимнастика с основами акробатики. Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе; подъём ног из положения лёжа на животе; сгибание рук в положении упор лёжа; прыжки в группировке, толчком двумя ногами; прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.	
37	Гимнастика с основами акробатики. Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе; подъём ног из положения лёжа на животе; сгибание рук в положении упор лёжа; прыжки в группировке, толчком двумя ногами; прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.	

38	Гимнастика с основами акробатики. Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе; подъём ног из положения лёжа на животе; сгибание рук в положении упор лёжа; прыжки в группировке, толчком двумя ногами; прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.	
39	Гимнастика с основами акробатики. Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе; подъём ног из положения лёжа на животе; сгибание рук в положении упор лёжа; прыжки в группировке, толчком двумя ногами; прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.	
40	Гимнастика с основами акробатики. Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе; подъём ног из положения лёжа на животе; сгибание рук в положении упор лёжа; прыжки в группировке, толчком двумя ногами; прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.	
41	Гимнастика с основами акробатики. Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе; подъём ног из положения лёжа на животе; сгибание рук в положении упор лёжа; прыжки в группировке, толчком двумя ногами; прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.	
42	Гимнастика с основами акробатики. Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе; подъём ног из положения лёжа на животе; сгибание рук в положении упор лёжа; прыжки в группировке, толчком двумя ногами; прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.	
43	<b>Прикладно-ориентированная физическая культура (5 ч.).</b> Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	<a href="https://clck.ru/35rSfz">https://clck.ru/35rSfz</a>
44	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	<b>Задание 4.</b>
45	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	
46	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	
47	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	
48	Физическое совершенствование. <b>Оздоровительная физическая культура (1 ч.).</b> Физические упражнения для физкультминуток и утренней зарядки.	
49	Лыжная подготовка (12 ч.). Переноска лыж к месту занятия. Основная стойка лыжника.	
50	Лыжная подготовка. Передвижение на лыжах ступающим шагом (без палок).	
51	Лыжная подготовка. Передвижение на лыжах ступающим шагом (без палок).	

52	Лыжная подготовка. Передвижение на лыжах ступающим шагом (без палок).	
53	Лыжная подготовка. Передвижение на лыжах ступающим шагом (без палок).	
54	Лыжная подготовка. Передвижение на лыжах ступающим шагом (без палок).	
55	Лыжная подготовка. Передвижение на лыжах скользящим шагом (без палок).	
56	Лыжная подготовка. Передвижение на лыжах скользящим шагом (без палок).	
57	Лыжная подготовка. Передвижение на лыжах скользящим шагом (без палок).	
58	Лыжная подготовка. Передвижение на лыжах скользящим шагом (без палок).	
59	Лыжная подготовка. Передвижение на лыжах скользящим шагом (без палок).	
60	Лыжная подготовка. Передвижение на лыжах скользящим шагом (без палок).	
61	<b>Прикладно-ориентированная физическая культура (6 ч.).</b> Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	<a href="https://clck.ru/35rSfz">https://clck.ru/35rSfz</a>
62	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	<b>Задание 5.</b>
63	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	
64	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	
65	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	
66	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	
67	Подвижные и спортивные игры. (9 ч.) Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.	
68	Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.	
69	Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.	
70	Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.	
71	Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.	
72	Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.	
73	Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.	

74	Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.	
75	Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.	
76	<b>Прикладно-ориентированная физическая культура (6 ч.).</b> Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	<a href="https://clck.ru/35rSfz">https://clck.ru/35rSfz</a>
77	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	<b>Задание 6.</b>
78	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	
79	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	
80	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	
81	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	
82	Лёгкая атлетика (9 ч.) Равномерная ходьба и равномерный бег.	
83	Лёгкая атлетика. Равномерная ходьба и равномерный бег.	
84	Лёгкая атлетика. Равномерная ходьба и равномерный бег.	
85	Лёгкая атлетика. Прыжки в длину и высоту с места, толчком двумя ногами.	
86	Лёгкая атлетика. Прыжки в длину и высоту с места, толчком двумя ногами.	
87	Лёгкая атлетика. Прыжки в длину и высоту с места, толчком двумя ногами.	
88	Лёгкая атлетика. Прыжки в высоту с прямого разбега.	
89	Лёгкая атлетика. Прыжки в высоту с прямого разбега.	
90	Лёгкая атлетика. Прыжки в высоту с прямого разбега.	
91	<b>Прикладно-ориентированная физическая культура (9 ч.).</b> Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	
92	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	
93	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и	

	подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	
94	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	
95	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	
96	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	
97	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	
98	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	
99	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	