

«Рассмотрено»
Руководитель ШМО
МБОУ «Гимназия №5 ЗМР РТ»
_____/М.Д.Халитов/
«28»августа 2024г.

«Согласовано»
Заместитель директора по УР (ВР)
МБОУ «Гимназия №5 ЗМР РТ»
_____/ Р.Р. Гатауллин/
«29» августа 2024г.

«Утверждено»
Директор МБОУ
«Гимназия №5 ЗМР РТ»
_____/Г.Н. Нуриева/
«31»августа2024г.

Введено в действие
по приказу № 156 от «31» августа2024 г.

Календарно-тематическое планирование

ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Учебного предмета

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»(ID 1509688)

(для 5 классов образовательных организаций)

учителя физической культуры

Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения

«Гимназия №5 Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан»

Халитов Марат Дамирович

Рахимов Ильдус Юсупович

(высшая квалификационная категория)

Принято на заседании
педагогического совета
гимназии №5
Протокол №1
от «29» августа 2024г.

2024-2025 учебный год

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Виды , форм ы конт роля	Дата проведе ния
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Техника безопасности на уроках легкой атлетики.	1		1		3.09
2.	Обучение. Спринтерский бег (техника низкого старта).	1		1		6.09
3.	Контрольный. Спринтерский бег. (бег 30 метров с низкого старта).	1	1		тестирова ние	10.09
4.	Совершенствование. Спринтерский бег (бег по дистанции)	1		1		13.09
5.	Контрольный. Спринтерский бег (бег 60 метров с низкого старта);Прыжок в длину с места.	1	1		тестирова ние	17.09
6.	Комбинированный. Прыжок в длину с места.	1		1		19.09
7.	Контрольный. Прыжок в длину с места.	1	1		зачет	23.09
8.	Обучение. Метание малого мяча.	1		1		27.09
9.	Комбинированный. Метание малого мяча на дальность.	1		1		01.10
10.	Совершенствование. Метание малого мяча на дальность.	1		1		4.10
11.	Контрольный. Метание малого мяча с разбега на дальность.	1	1		зачет	8.10
12.	Обучение. Прыжки через скакалку.	1		1		09.10
13.	Контрольный. Прыжки через скакалку за 1 минуту.	1	1		тестирова ние	11.10
14.	Обучение. Прыжки в высоту способом согнув ноги	1		1		16.10
15.	Контрольный. Прыжки в высоту способом согнув ноги	1	1		зачет	18.10
16.	Обучение. Бег на длинные дистанции	1		1		23.10

17.	Совершенствование. Бег на длинные дистанции.	1		1		25.10
18.	Контрольный. Тест- 1000 м.	1	1		тестирование	30.10
19.	Техника безопасности на уроках гимнастики с элементами акробатики.	1		1		8.11
20.	Контрольный. Строевые упражнения.	1	1			12.11
21.	Обучение. Подтягивание на перекладине. Кувырок вперед и назад.	1		1		08.11
22.	Контрольный. Подтягивания на перекладине. Кувырок вперед-назад.	1	1		зачет	15.11
23.	Обучение. Кувырок вперед-назад. Стойка на лопатках.	1		1		19.11
24.	Контрольный. Стойка на лопатках. Кувырок вперед-назад.	1	1		зачет	22.11
25.	Обучение. Метание набивного мяча из-за головы в положении сед.	1		1		26.11
26.	Контрольный. Метание набивного мяча из-за головы в положении сед.	1	1		зачет	29.11
27.	История развития плавания как вида спорта в мире, в Российской Федерации, в регионе.	1		1		03.12
28.	Характеристика видов плавания (спортивное плавание, синхронное плавание, водное поло, прыжки в воду).	1	1		Самостоятельная работа	06.12
29.	Занятия плаванием как средство укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей основных систем организма.	1		1		10.12
30.	Сведения о физических качествах, необходимых пловцу и способах их развития.	1		1		13.12
31.	Значение занятий плаванием на формирование положительных качеств личности человека.	1	1		Самостоятельная работа	17.12
32.	Игры и развлечения на воде.	1		1		20.12
33.	Т/б. Передвижение на	1		1		16.01

	лыжах попеременным двухшажным ходом					
34.	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	1		1		21.01
35.	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом		1		зачет	31.01
36.	Повороты на лыжах способом переступания			1		04.02
37.	Повороты на лыжах способом переступания			1		07.02
38.	Повороты на лыжах способом переступания		1		зачет	14,02, 18,02
39.	Подъём в горку на лыжах способом «лесенка». Спуск на лыжах с пологого склона.			1		21.02
40.	Подъём в горку на лыжах способом «лесенка». Спуск на лыжах с пологого склона.			1		7.03
41.	Подъём в горку на лыжах способом «лесенка». Спуск на лыжах с пологого склона.	1	1		Зачет	
42.	Техника безопасности на уроках волейбола.	1		1		24.01
43.	Обучение. Стойка и передвижение игрока. Передача мяча двумя руками сверху.	1		1		28.01
44.	Контрольный. Прием и передача мяча двумя руками сверху.	1	1		Зачет	20.02
45.	Обучение. Прием и передача мяча двумя руками снизу.	1		1		20.02
46.	Контрольный. Прием и передача мяча двумя руками снизу.	1	1		зачет	27.02
47.	Обучение. Нижняя прямая подача мяча.	1		1		27.02
48.	Контрольный. Нижняя прямая подача мяча.	1	1		зачет	11.02
49.	Обучение. Верхняя прямая подача мяча.	1		1		06.03
50.	Контрольный. Верхняя прямая подача мяча.	1	1		зачет	13.03
51.	Совершенствование. Закрепление пройденного материала.	1		1		13.03
52.	Техника безопасности на уроках баскетбола.	1		1		20.03
53.	Обучение. Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча на месте.	1		1		20.03

54.	Контрольный. Ведение мяча на месте.	1	1		зачет	04.04
55.	Обучение. Ведение мяча на месте. Ловля и передача мяча.	1		1		08.04
56.	Контрольный. Ведение мяча в движении.	1	1		зачет	11.04
57.	Ловля и передачи мяча. Броски мяча в корзину на результат	1	1	1	зачет	1.04
58.	Совершенствование. Непрерывный бег.	1		1		18.04
59.	Контрольный. Непрерывный бег.	1	1		Тестирование	22.04
60.	Совершенствование. Спринтерский бег.	1		1		23.04
61.	Контрольный. Спринтерский бег. Прыжки в длину с места.	1	1		тестирование	25.04
62.	Техника безопасности на уроках мини-футбола.	1		1		29.04
63.	Обучение. Ведение и передачи футбольного мяча.	1		1		02.05
64.	Контрольный. Ведение футбольного мяча.	1	1		зачет	07.05
65.	Обучение. Жонглирование и передачи футбольного мяча.	1		1		14.05
66.	Контрольный. Передачи и жонглирование футбольного мяча.	1	1		зачет	16.05
67.	Совершенствование. Жонглирование футбольного мяча.	1		1		21.05
68.	Контрольный. Жонглирование футбольного мяча.	1	1			23.05
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68				