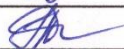



государственное казенное общеобразовательное учреждение
Ростовской области
«Орловская специальная школа – интернат»

РАССМОТРЕНО
на заседании МО основного
общего образования
«30» 08 2023 г.

(О.В. Мищенко)

ПРИНЯТО
на заседании
педагогического совета
Протокол № 1 от «31» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом по ГКОУ РО
Орловской школе-интернату
от 31.08.23 № 144
Директор  А.Г. Краснощекова



Календарно-тематическое планирование
по предмету «Физическая культура»
Образовательная область «Физическая культура»

5 класс

2 часа в неделю, 67 часов в год

Составитель:
Р.В.Зозуля

2023-2024 уч. год

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Физическая культура, 5 класс

2 ч. в неделю, 67 ч. в год

№	Раздел	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения	Виды, формы контроля
		I четверть	17		
1.	<u>Легкая атлетика. Бег</u>	Инструктаж по технике безопасности. Техника бега, ходьбы.	1	01.09	зачет
2.		Техника бега на короткие дистанции.	1	04.09	контроль
3.		Техника бега с низкого старта.	1	08.09	контроль
4.		Техника бега с высокого и старта.	1	11.09	контроль
5.		Бег на дистанции 30м.	1	15.09	зачет
6.		Бег на дистанции 60м.	1	18.09	зачет
7.		Бег на дистанцию 100м.	1	22.09	зачет
8.		Бег на дистанцию 1000 м-мальчики, 800м-девочки.	1	25.09	контроль
9.		Эстафетный бег.	1	29.09	контроль
10.	<u>Прыжки</u>	Прыжок «согнув ноги» с места с отталкиванием двумя ногами.	1	02.10	зачет
11.		Прыжок «согнув ноги» с места с отталкиванием двумя ногами.	1	06.10	зачет
12. 13.		Прыжок в длину с разбега.	1	09.10	зачет
		Прыжок в длину с разбега.	1	13.10	
14. 15.		Прыжок в высоту с разбега способ (перешагивание).	1	16.10	контроль
16.	Метание	Метание малого мяча на дальность.	1	20.10	зачет
17.		Метание гранаты.	1	23.10	зачет

		II четверть	15		
18.	<u>Гимнастика</u>	Инструктаж по технике безопасности. Упражнения на осанку. Общеразвивающие и координирующие упражнения без предметов.	1	10.11	контроль
19.		Общеразвивающие и координирующие упражнения с предметами.	1	13.11	контроль
20.		Строевые упражнения.	1	17.11	контроль
21.		Строевые упражнения.	1	20.11	контроль
22.		Упражнения на равновесие.	1	24.11	зачет
23.		Лазанье и перелазанье.	1	27.11	зачет
24.	<u>Настольный теннис</u>	Техника безопасности. Правила игры. Толчок открытой стороной ракетки.	1	01.12	игра
25.		Толчок закрытой стороной ракетки.	1	04.12	зачет
26.		Срез открытой стороной ракетки.	1	08.12	зачет
27.		Срез закрытой стороной ракетки.	1	11.12	зачет
28.		Накат открытой стороной ракетки.	1	15.12	зачет
29.		Накат закрытой стороной ракетки.	1	18.12	игра
30.		Подставка.	1	22.12	игра
31.		Простые и сложные подачи.	1	25.12	контроль
32.		Простые и сложные подачи.	1	29.12	контроль

		III четверть	15		
33.	<u>Спортивные игры.</u> <u>Баскетбол</u>	<u>Правила игры, судейство.</u> Передача мяча от груди, с отскоком об пол.	1	15.01	контроль
34.		Передача и ловля мяча в движении.	1	19.01	зачет
35.		Ведение мяча вправо-влево, вперед-назад.	1	22.01	игра
36.		Бросок мяча и ловля мяча.	1	26.01	контроль
37.		Бросок мяча в корзину от груди.	1	29.01	контроль
38.		Бросок мяча в корзину от плеча одной рукой.	1	02.02	контроль
39.		Двухсторонняя игра, действие в защите и нападении.	1	05.02	игра
40.		Двухсторонняя игра, действие в защите и нападении.	1	09.02	игра
41.	<u>Гимнастика</u>	Упражнения на развитие быстроты реакции.	1	12.02	игра
42.		Акробатические упражнения. Простые и смешанные висы.	1	16.02	зачет
43.		Кувырок в сед, стойки и их разновидности.	1	19.02	контроль
44.	<u>Лёгкая атлетика.</u>	Бег на дистанции 30м.	1	26.02	зачет
45.		Бег на дистанции 60м	1	01.03	зачет
46.		Бег на дистанции 100м	1	04.03	зачет
47.		Эстафетный бег. 4 по 100м	1	11.03	зачет

48.		Бег на дистанцию 400м	1	15.03	зачет
49.		Бег кроссовый: 1000м-мальчики, 800м-девочки.	1	18.03	контроль
50.		Бег на дистанцию 3000м.	1	22.03	контроль
		IV четверть	17		
51.		<u>Прыжки</u> Прыжок «согнув ноги» с места с отталкиванием двумя ногами.	1	01.04	зачет
52.		Прыжок «согнув ноги» с места с отталкиванием двумя ногами.	1	05.04	зачет
53.		Прыжок в длину с разбега.	1	08.04	зачет
54.		Прыжок в длину с разбега	1	12.04	зачет
55.		Метание малого мяча на дальность.	1	15.04	контроль
56.		Метание малого мяча на дальность	1	19.04	зачет
57.		Метание гранаты.	1	22.04	контроль
58.		Сдача контрольных нормативов.	1	26.04	зачет
59.	<u>Спортивные игры. Футбол</u>	Правила игры в футбол. Правила судейства. Ведения мяча с ударом по воротам.	1	27.04	игра
60.		Передача мяча в парах в движении.	1	03.05	игра
61.		Передача мяча в парах в движении	1	06.05	контроль

62.		Финты и обводка, действия с мячом.	1	13.05	игра
63.		Финты и обводка, действия с мячом.	1	17.05	контроль
64.		Прием и передача мяча внутренней стороны стопы.	1	20.05	игра
65.		Прием и передача мяча внешней стороной стопы	1	24.05	контроль
66.		Прием и передача мяча внешней стороной стопы	1	27.05	игра
67.		Двухсторонняя игра.	1	31.05	игра
		Итого за год	67		

Дата составления документа _____

Подпись _____/Зозуля Р.В./