

РАССМОТРЕНО
на заседании МО НСШ №90
протокол № 1
руководитель Н. И. Тоголокова
" 2 " сентября 2022 г.

СОГЛАСОВАНО
зам. директора по
УВР НСШ №90
С. А. Мажитова
" 02 " сентября 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
директор НСШ №90
Светлана К. Султанова
" 02 " сентября 2022 г.



КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

по предмету Физическая культура

учебник _____

методическое пособие _____

учитель Мамешев А С

класс 5а всего за год 68 в неделю 2

по программе: I четверть 16 II четверть 16 III четверть 20 IV четверть 16

Количество и формы контроля знаний учащихся

№	Виды работ	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	За год
1	Административные работы					
2	Контрольные работы					
3	Проверка техники чтения					
4	Тестовые работы					
5	Лабораторные работы					

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
четверть Легкая атлетика 16 час	5-км овладение техникой спринтерского бега	2	Высокий старт бег на отр. 30 м.	1	Бег на результат 30 м, специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Эстафеты. Влияние легкоатлетических упражнений на различные системы организма	Уметь пробегать с максимальной скоростью 60 м с низкого старта	текущий	Ком- плекс 1		
	бег с ускорением на 60 м.	4	Учетный	совершен ствовани е	Бег на результат 60 м, специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Эстафеты. Влияние легкоатлетических упражнений на различные системы организма	Уметь пробегать с максимальной скоростью 60 м с низкого старта	текущий	Ком- плекс 1		
	Скоростной бег на отр. 60 м	4	совершен ствовани е	совершен ствовани е	Бег на результат 60 м, специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Эстафеты. Влияние легкоатлетических упражнений на различные системы организма	Уметь пробегать с максимальной скоростью 60 м с низкого старта	текущий	Ком- плекс 1		
	Бег на результат 60 м	1	учетный	учетный	Бег на результат 60 м, специальные беговые упражнения, развитие	Уметь пробегать с максимальной	Бег 60 метров: мальчики —	Ком- плекс		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Основные элементы ловле и передаче мяча	1	Эстафета с мячом, ведение мяча	1	Комплексный	Стойка и передвижения игрок эстафета: ведение мяча, ведение и бросок в корзину	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	8	Комплекс 3		
		Ведение мяча ниже средней движения по прямой направлению	1	Комплексный	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. Бросок двумя руками снизу в движении. Позиционное нападение 5:0 без изменения позиции игроков. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Оценка техники броска снизу в движении	Комплекс 3		
		Передача мяча от груди броски мяча в корзину	2	Комплексный	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча ведущей и не ведущей руками по прямой. Бросок двумя руками снизу в движении. Передача мяча 2 руками от груди изменения позиции игроков. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		Комплекс 3		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
3 четверть Баскетбол 12 час	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча	2	2	Изучение нового материала	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте. Остановка прыжком. поворотов. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Правила ТБ при игре в баскетбол	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		Комплекс 3		
	Стойка игрока перемещение	1	1	Комплексный	Стойка и передвижения игрока Стойка игрока. Перемещение в стойке. Ведение мяча на месте. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Терминология баскетбола	Уметь выполнять правильно технические действия		Комплекс 3		
	В стойке приставными шагами, остановка двумя шагами и прыжками	2	2	Комплексный	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте. Остановка прыжком приставными шагами. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Терминология баскетбола	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Оценка техники стойки и передвижения игрока	Комплекс 3		
	Повороты с мячом и без мяча	2	2	Комплексный	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах с шагом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		Комплекс 3		

лейбол 4 час. 5-кл	передвижений, остановок	разучива ние	Сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола	действия	стойки и передвижений	3
2	стойка игрока передвижение в стойке приставными шагами, боком	Комплекс ный	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Ком- плекс 3	
3	овладение техникой передачи и приема	Комплекс ный	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Оценка техники передачи мяча двумя руками сверху	Ком- плекс 3
4	Передача мяча сверху двумя руками	Комплекс ный	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Ком- плекс 3	
5	Передача мяча над собой	Комплекс ный	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Ком- плекс 3	
6	Освоение техники нижней прямой подачи мяча	Комплекс ный	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Ком- плекс 3	
7	1	2	3	4	5	6
8	Освоение техники прямого попад.	Комплекс ный	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками	Уметь играть в волейбол по	Оценка техники приема мяча	Ком- плекс 3
9				7	8	9
10					10	11

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Основные элементы ловле и передаче мяча	1	3	4	5	6	7	8	9	10	11
	Эстафета с мячом, ведение мяча	Комплексный	Комплексный	Комплексный	Стойка и передвижения игрок эстафета: ведение мяча, ведение и бросок в корзину	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Комплекс 3		
	Ведение мяча ниже средней движении по прямой направлении	Комплексный	Комплексный	Комплексный	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. Бросок двумя руками снизу в движении. Позиционное нападение 5:0 без изменения позиции игроков. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Оценка техники броска снизу в движении	Комплекс 3		
	Передача мяча от груди броски мяча в корзину	Комплексный	Комплексный	Комплексный	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча ведущей и не ведущей руками по прямой. Бросок двумя руками снизу в движении. Передача мяча 2 руками от груди изменения позиции игроков. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		Комплекс 3		

5-10 Кроссовая подготовка 8 часов	Подвижные игры	2	обучение	подвижные игры с элементами баскетбола «10 передач»	упрощенным правилам	3	
	Воспитание физ. качеств	3	обучение	Развитие быстроты, силы, ловкости. специальные упражнения Игра по упрощенным правилам. Бег 17 минут. Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры. Развитие выносливости. Правила использования л/а упражнений для развития выносливости	Уметь: правильно выполнять технические приемы	Комплекс 3	текущий
	Бег по пересеченной местности	3	обучение	Бег на 1 км 1500 м. развитие выносливости	Уметь: бегать на 1 км	Комплекс 3	текущий
4 четверть 16 час Легкая атлетика 10 час Спортивные игры 6 час	Овладение техникой спринтерского бега, Высокий старт бег на 30-40м	2	обучение	Высокий старт 20-40 м. Бег по дистанции 50-60 м. Финиширование. Эстафеты. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Челночный бег 3x10. Развитие скоростных качеств. Правила соревнований. Инструктаж по ТБ	Уметь: правильно выполнять технические приемы	Комплекс 3	Оценка техники – нападающий удара