

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
основная общеобразовательная школа № 4 имени И.И. Миронова
города Новокуйбышевска Самарской области
446200, Самарская область, г.о. Новокуйбышевск, ул. Миронова, д. 32

Рассмотрено
на заседании ШМО учителей
естественно – научного цикла
Протокол № 1 от 27.08.18 г.

Руководитель ШМО
Яковлева В.В.

Принято
на заседании методического
совета

Протокол № 1 от 30.08.18
Председатель МС
Воронина С.П.

«Утверждаю»
Директор ГБОУ ООШ № 4
Приказ № 370 от 31.08.2018

Борисова О.В.

Календарно – тематическое планирование по предмету «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

**Адресность: 5 «А» класс
Составитель: Оконечникова Ольга Александровна,
учитель физической культуры**

№ п / п	Название раздела или темы	Темы урока 5 класс		Примерн ая дата проведен ия урока	Характеристика деятельности ученика		Планируемые результаты			
		№ урока	Название		Основная группа	Обучающиеся с ОВЗ	Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД
1.	Лёгкая атлетика	12	I	триместр	число					
				1.	Техника безопасности на уроках физической культуры.	1				
				2.	Высокий старт.	1				
				3.	Учёт:30 м.	1				
				4.	Кроссовая подготовка.	1				
				5.	Учёт: 60 м. Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»(отталкивание)	1				
				6.	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги» (к/у)	1				
				7.	Кроссовая подготовка	1				

			8.	Метание малого мяча на дальность (к/у); кроссовая подготовка	1			беговые и прыжковые упражнения, метания малого мяча; бегать на дистанцию 30м, 60 м с максимальной скоростью и 1 км на время; метать малый мяч на дальность и на точность.	выполнять беговые и прыжковые упражнения, метания малого мяча;		нении ходьбы, разновидностей бега, метании мяча с места, на дальность; прыжков в длину с места, разбега; комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации;	упражнений с предметами и без.	
			9.	Учёт: прыжок в длину с места. Кроссовая подготовка.	1								
			10.	Учёт: подтягивание (м) и упражнение на пресс(д). Метание малого мяча в горизонтальную цель.	1								
			11.	Преодоление препятствий на пути, кроссовая подготовка	1								
			12.	Учёт: 1000м.	1								

3.	Спортивные игры. Волейбол.	1 2	24. Ведение-остановка-бросок (сочетание приёмов). 1		собственных двигательных качеств; развивать навыки коммуникации при подготовке и во время проведения игры					
			25. ТБ безопасности по разделу волейбол. Стойка игрока. Перемещение в стойке. 1		Соблюдать правила техники безопасности во время игры в волейбол; знать и объяснять другим школьникам правила игры в волейбол; называть виды подач, способы приёма и передачи мяча; развивать знания, навыки и умения игры в волейбол; организовывать совместные	Соблюдать правила техники безопасности во время игры в волейбол; знать правила игры в волейбол; называть виды подач, способы приёма и передачи мяча; использовать волейбол как средство досуга и развития собственных двигательных качеств;	Мотивационная основа на занятия волейболом; учебно-познавательный интерес к занятиям волейболом; выполнить правила игры; использовать игровые действия волейбола для развития физических качеств.	Применять правила подбора одежды для занятий волейболом; уважительно относиться к партнеру; выполнять правила игры; уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями; уважительно относиться к партнёру; использо-	Моделировать технику игровых действий и приемов волейболиста, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	Соблюдать правила безопасности; взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.
			26. Техника набрасывания мяча над собой. Техника приёма и передачи мяча сверху. 1	I						
			27. Техника выполнения стойки и передвижений игрока. (к/у) Совершенствование техники набрасывания мяча над собой. 1							
			28. Встречные и линейные эстафеты с элементами волейбола. 1							

	29.	Техника выполнения передачи мяча сверху (к/у).	1	II	занятия волейболом со сверстниками и участвовать в этих играх; использовать волейбол как средство досуга и развития собственных двигательных качеств; развивать навыки коммуникации при подготовке и во время проведения игры.	коммуникаци и при подготовке и во время проведения игры.	вать игру волейбол в организаци активного от-дыха.				
	30.	Техника приёма и передачи мяча снизу двумя руками.	1								
	31.	Техника приёма и передачи мяча снизу двумя руками над собой.	1								
	32.	Техника приёма и передачи мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.	1								
	33.	Техника приёма и передачи мяча снизу двумя руками над собой (к/у).	1								
	34.	Нижняя прямая подача с 3-бм.	1								
	35.	Нижняя прямая подача с 3-бм.	1								
	36.	Техника выполнения нижней прямой подачи с 3-бм (к/у).	1								
4.	Гимнаст ика с основами акробатики.	9	37.	TБ безопасности по разделу гимнастика. Организующие команды и приёмы.	1	Знать и соблюдать правила техники безопасности при	Знать и соблюдать правила техники безопасности при	Мотиваци онная основа на занятия гимнастикой;	Умения принимать и сохранять учебную задачу, направ-	Осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться	Уметь слушать и вступать в диалог; участвовать в кол-

38.	Акробатические упражнения: перекат вперёд в упор присев, перекат назад.	1	выполнении акробатических упражнений и упражнений на спортивных снарядах; описывать технику перекатов вперёд и назад, кувырка вперёд в группировке, лазания по гимнастической стенке различными способами;	выполнении акробатических упражнений и упражнений на спортивных снарядах; описывать технику перекатов вперёд и назад, кувырка вперёд в группировке, лазания по гимнастической стенке различными способами;	учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.
39.	Акробатические упражнения: кувырок вперёд в группировке.	1	выполнять строевые приёмы и команды, акробатические упражнения, упражнения и комбинации на гимнастической стенке, гимнастической скамейке, гимнастической перекладине.	выполнять строевые приёмы и команды	ленную на формирование и развитие двигательных качеств (гибкости); Планировать свои действия при выполнении комплексов упражнений с предметами и без условий их реализации; учитывать правило в планировании и контроле способа решения; адекватно воспринимать оценку учителя; оценивать правильность выполнения двигательных действий.
40.	Акробатические упражнения: стойка на лопатках. Учёт: сгибание и разгибание рук в висе.	1			в процесс выполнения заданий по гимнастике с элементами акробатики; выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений.
41.	Техника выполнения акробатических элементов, разученных ранее (к/у).	1			активном бсуждении акробатических комбинаций.
42.	Лазание по гимнастической лестнице одноимённым и разноимённым способами.	1			
43.	Учёт: наклон из положения стоя. Висы согнувшись и прогнувшись.	1			
44.	Техника лазания по гимнастической лестнице одноимённым и разноимённым способами (к/у).	1			

			53.	Учёт: 1 км.	1								
			54.	Техника одновременного бесшажного хода.	1								
			55.	Техника выполнения попеременного двухшажного хода (к/у).	1								
			56.	Равномерное прохождение дистанции до 2-х км.	1								
			57.	Торможение «плугом».	1								
			58.	Равномерное прохождение дистанции до 2 км.	1								
			59.	Переход с попеременных ходов на одновременные.	1								
			60.	Учёт: 2 км.	1								
			61.	Подъём способом «полуёлочка».	1								
			62.	Развитие выносливости (равномерное прохождение дистанции до 3 км).	1								
			63.	Игры, эстафеты, используя разные лыжные ходы.	1								
6.	Спортивные игры.	1 5	64.	Стойка игрока. Перемещение в стойке.	1	II I		Соблюдать правила техники	Соблюдать правила техники	Мотивационная основа на за-	Применять правила подбора	Моделировать технику игровых	Соблюдать правила безопасности

	Волейбол										
	65.	Приём и передача мяча двумя руками сверху над собой.	1			безопасности во время игры в волейбол;	безопасности во время игры в волейбол;	нятия волейболом; учебно-познавательный интерес к занятиям волейболом; выполнять правила игры; использовать волейбол как средство досуга и развития собственных двигательных качеств; развивать навыки коммуникации при подготовке и во время проведения игры.	одежды для занятий волейболом; уважительно относиться к партнеру; выполнять правила игры; уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями; уважительно относиться к партнёру; использовать игру волейбол в организации активного отдыха.	действий и приемов волейболиста, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	сти; взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.
	66.	Приём и передача мяча двумя руками сверху в паре.	1			знать и объяснять другим школьникам правила игры в волейбол; называть виды подач, способы приёма и передачи мяча; использовать волейбол как средство досуга и развития собственных двигательных качеств; развивать навыки коммуникации при подготовке и во время проведения игры.					
	67.	Приём и передача мяча двумя руками сверху над собой и через сетку.	1								
	68.	Передача мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперёд.	1								
	69.	Техника выполнения передачи мяча сверху (к/у).	1								
	70.	Приём мяча снизу двумя руками над собой. Игра в мини-волейбол.	1								
	71	Приём мяча снизу двумя руками над собой и через сетку. Игра в мини-волейбол.	1								

			72.	Техника приёма и передачи мяча снизу двумя руками над собой (к/у).	1			при подготовке и во время проведения игры.				
			73.	Нижняя прямая подача с 3-6 м..	1							
			74.	Эстафеты с элементами волейбола. Игра в мини-волейбол.	1							
			75.	Техника выполнения нижней прямой подачи с 3-6м (к/у).	1							
			76.	Техника выполнения прямого нападающего удара в парах.	1							
			77.	Техника выполнения прямого нападающего удара со своего подброса в парах.	1	II	I					
			78.	Игра в мини-волейбол.	1							
7.	Спортивные игры. Баскетбол.	1 3	79.	Ведение мяча на месте и в движении в разных стойках.	1		Соблюдать правила техники безопасности во время игры в баскетбол; знать и объяснять другим школьникам	Соблюдать правила техники безопасности во время игры в баскетбол; называть и показывать способы ведения,	Мотивационная основа на занятия баскетболом; учебно-познавательный интерес к занятиям	Применять правила подбора одежды для занятий баскетболом; использовать интерес к занятиям	Моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий	Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий; соблюдать
			80.	Ведение мяча, остановка прыжком.	1							
			81.	Стойка и передвижения игрока (к/у). Остановка прыжком.	1							

		91.	Взаимодействие двух игроков. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол.	1								
8.	Лёгкая атлетика	11	92.	Техника безопасности на уроках физической культуры. Высокий старт, эстафетный бег.	1		Знать и соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых и прыжковых упражнений; называть и соблюдать правила техники безопасности при метаниях малого мяча;	Знать и соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых и прыжковых упражнений; называть и соблюдать правила техники безопасности при метаниях малого мяча;	Мотивационная основа на занятия лёгкой атлетикой; учебно-познавательный интерес к занятиям лёгкой атлетики.	Умение принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростно-силовой направленности); Планировать свои действия при выполнении ходьбы, разновидностей бега, метания мяча с места, на дальность; прыжков в длину с	Осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий; активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений с предметами и без.	Уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений.
			93.	Учёт: подтягивание (м) и упражнение на пресс (д). Метание малого мяча в горизонтальную цель.	1		описывать технику высокого старта;	описывать технику высокого старта;				
			94.	Учёт: прыжок в длину с места. Челночный бег 3х10 м.	1		выполнять беговые и прыжковые упражнения, метания малого мяча;	выполнять беговые и прыжковые упражнения, метания малого мяча (без сдачи нормативов)				
			95.	Учёт: 30 м., прыжок в длину с разбега.	1							
			96.	Учёт: 60 м., прыжок в длину с разбега.	1							
			97.	Метание малого мяча на дальность (к/у); кроссовая подготовка.	1							
			98.	Учёт: 1000м.								
			99.	Преодоление препятствий на пути.								

	100	Развитие выносливости.				
	101	Развитие выносливости.				
	102	Кроссовая подготовка. Итоги за год.		и 1 км на время; метать малый мяч на дальность и на точность		места, разбега; комплексупражнений с предметами и без и условиями их реализации; учитывать правило в планировании и контроле способов решения; адекватно воспринимать оценку учителя; оценивать правильность выполнения двигательных действий.