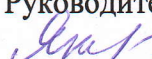
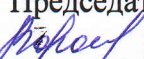
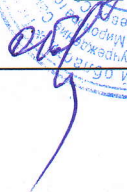


государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
основная общеобразовательная школа № 4 имени И.И. Миронова  
города Новокуйбышевска Самарской области  
446200, Самарская область, г.о. Новокуйбышевск, ул. Миронова, д. 32

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 № 374 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	Количество часов на изучение темы	Темы урока 5 класс		Количество часов на изучение	Примерная дата проведения урока		Характеристика деятельности ученика		Планируемые результаты			
			№ урока	Название		триместр	число	Основная группа	Обучающиеся с ОВЗ	Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД
1.	Лёгкая атлетика	12	1.	Техника безопасности на уроках физической культуры.	1	I		Знать и соблюдать правила техники безопасности	Знать и соблюдать правила техники безопасности	Мотивационная основа на занятиях 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 выпол-	Осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий; активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих	Уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися ; участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений.
			2.	Высокий старт.	1			при выполнении беговых и прыжковых упражнений; называть и соблюдать правила техники безопасности при метаниях малого мяча;	и при выполнении беговых и прыжковых упражнений; называть и соблюдать правила техники безопасности и при метаниях малого мяча; описывать технику высокого старта; выполнять				
			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, разнообразностей 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						учитывать правило в планировании и контроле способа решения; адекватно воспринимать оценку учителя; оценивать правильность выполнения двигательных действий.		
			11.	Преодоление препятствий на пути, кроссовая подготовка	1								
			12.	Учёт: 1000м.	1								

2.	Спортивные игры. Баскетбол.	12	13.	ТБ по разделу баскетбол. Стойка и передвижения игрока.	1	I		Соблюдать правила техники безопасности во время игры в баскетбол; знать и объяснять другим школьникам правила игры в баскетбол; называть и показывать способы ведения, передачи, приёма и броски мяча; развивать знания, навыки и умения игры в баскетбол; организовывать совместные занятия баскетболом со сверстниками и участвовать в этих играх; использовать баскетбол как средство досуга и развития	Соблюдать правила техники безопасности во время игры в баскетбол; знать правила игры в баскетбол; называть и показывать способы ведения, передачи, приёма и броски мяча; использовать баскетбол как средство досуга и развития собственных двигательных качеств; развивать навыки коммуникации при подготовке и во время проведения игры	Мотивационная основа на занятия баскетболом; учебно-познавательный интерес к занятиям баскетболом; выполнять правила игры; использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств.	Применять правила подбора одежды для занятий баскетболом; использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств; использовать игру баскетбол в организации активного отдыха.	Моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.	Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий; соблюдать правила безопасности.
			14.	Ведение мяча на месте.	1								
			15.	Передача мяча в парах на месте.	1								
			16.	Ловля и передача мяча в парах в движении.	1								
			17.	Стойка и передвижения игрока (к\у). Остановка прыжком.	1								
			18.	Ведение мяча в движении.	1								
			19.	Ведение мяча на месте (к\у). Ведение мяча с изменением скорости.	1								
			20.	Вырывание и выбивание мяча в парах.	1								
			21.	Техника ведения мяча с изменением направления (к\у).	1								
			22.	Взаимодействие двух игроков. И/у: «Отдай мяч и выйди».	1								
			23.	Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока.	1								

			24.	Ведение-остановка-бросок (сочетание приёмов).	1		собственных двигательных качеств; развивать навыки коммуникации при подготовке и во время проведения игры						
3.	Спортивные игры. Волейбол.	1 2	25.	ТБ безопасности по разделу волейбол. Стойка игрока. Перемещение в стойке.	1	I	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; развивать навыки	Мотивационная основа на занятиях волейболом; учебно-познавательный интерес к занятиям волейболом; выполнять правила игры; использовать игровые действия волейбола для развития физических качеств.	Применять правила подбора одежды для занятий волейболом; уважительно относиться к партнёру; выполнять правила игры; уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями; уважительно относиться к партнёру; использо-	Моделировать технику игровых действий и приёмов 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								
			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.	коммуникации при подготовке и во время проведения игры.		вать игру волейбол в организации активного отдыха.		
			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 3-6м.	1								
			35.	Нижняя прямая подача с 3-6м.	1								
			36.	Техника выполнения нижней прямой подачи с 3-6м (к/у).	1								
4.	Гимнастика с основами акробатики.	9	37.	ТБ безопасности по разделу гимнастика. Организующие команды и приёмы.	1			Знать и соблюдать правила техники безопасности при	Знать и соблюдать правила техники безопасности при	Мотивационная 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: перека́т впе́рёд в упор присев, перека́т назад.	1
			39.	Акробатические упражнения: кувырок впе́рёд в группировке.	1
			40.	Акробатические упражнения: стойка на лопатках. <b>Учёт:</b> сгибание и разгибание рук в висе.	1
			41.	Техника выполнения акробатических элементов, разученных ранее ( <b>к/у</b> ).	1
			42.	Лазание по гимнастической лестнице одноимённым и разноимённым способами.	1
			43.	<b>Учёт:</b> наклон из положения стоя. Висы согнувшись и прогнувшись.	1
			44.	Техника лазания по гимнастической лестнице одноимённым и разноимённым способами ( <b>к/у</b> ).	1

	выполнении акробатических упражнений и упражнений на спортивных снарядах; описывать технику перека́тов впе́рёд и назад, кувырка впе́рёд в группировке, лазания по гимнастической стенке различными способами; выполнять строевые приёмы и команды, акробатические упражнения, упражнения и комбинации на гимнастической стенке, гимнастической скамейке, гимнастической перекладине.	выполнении акробатических упражнений и упражнений на спортивных снарядах; описывать технику перека́тов впе́рёд и назад, кувырка впе́рёд в группировке, лазания по гимнастической стенке различными способами; выполнять строевые приёмы и команды	учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.	ленную на формирование и развитие двигательных качеств (гибкости); Планировать свои действия при выполнении комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации; учитывать правило в планировании и контроле способа решения; адекватно воспринимать оценку учителя; оценивать правильность выполнения двигательных действий.	в процесс выполнения заданий по гимнастике с элементами акробатики; выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений.	лективно обсуждении акробатических комбинаций.
--	--	---	---	--	---	--

			45.	Ходьба по гимнастической скамейке с различными положениями рук и ног, расхождение вдвоём на узкой площади опоры.	1								
5.	Лыжная подготовка.	1 8	46.	ТБ безопасности по разделу лыжная подготовка. Развитие координационных способностей.	1	II		Называть и соблюдать правила техники безопасности при переноске лыжного оборудования и пользования им;	Называть и соблюдать правила техники безопасности при переноске лыжного оборудования и пользования им;	Мотивационная основа на занятия по лыжной подготовке, занятиями на свежем воздухе; учебно-познавательный интерес к занятиям лыжной подготовки.	Умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости); учитывать правило в планировании и контроле способа решения; Адекватно воспринимать оценку учителя; оценивать правиль-	Осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий по лыжной подготовке; выражать творческое отношение к выполнению заданий с лыжными палками и без.	Уметь слушать и вступать в диалог; Способность участвовать в речевом общении.
47.			Самостоятельное передвижение по дистанции.	1			описывать технику передвижений на лыжах по ровной местности;	описывать технику передвижений на лыжах по ровной местности;					
48.			Самостоятельное передвижение по дистанции.	1			выполнять передвижение по ровной местности (скользящим, попеременным двухшажным, одновременным бесшажным ходом); подъём на пологий склон спосо-	выполнять передвижение по ровной местности (скользящим, попеременным двухшажным, одновременным бесшажным ходом); подъём на пологий					
49.			Техника скользящего шага (без палок).	1									
50.			Техника попеременного двухшажного хода.	1									
51.			Техника выполнения скользящего шага (к/у).	1									
52.			Согласованность движений рук и ног при выполнении попеременного двухшажного хода.										

			53.	Учёт: 1 км.	1	II		бом «полу-ёлочка»; спуск с пологой горы способом «плуг»; преодолевать дистанции 1 км и 2 км на время на лыжах.	склон способом «полу-ёлочка»		ность выполнения двигательных действий при перемещении на лыжах.		
			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.	15	64.	Стойка игрока. Перемещение в стойке.	1	II		Соблюдать правила техники	Соблюдать правила техники	Мотивационная основа на за-	Применять правила подбора	Моделировать технику игровых	Соблюдать правила безопасно-



			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	II I							
			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								
			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 занятии баскетболом; учебно-познавательный интерес к занятиям	Применять правила подбора одежды для занятий баскетболом; использовать игровые дейст-	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								

			82.	Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах с шагом.	1			правила игры в баскетбол; называть и показывать способы ведения, передачи, приёма и броски мяча;развивать знания, навыки и умения игры в баскетбол; организовывать совместные занятия баскетболом со сверстниками и участвовать в этих играх; использовать баскетбол как средство досуга и развития собственных двигательных качеств;развивать навыки коммуникации при подготовке и во время проведения игры.	передачи, приёма и броски мяча; развивать знания, навыки и умения игры в баскетбол; использовать баскетбол как средство досуга и развития собственных двигательных качеств; развивать навыки коммуникации при подготовке и во время проведения игры.	баскетболом; выполнять правила игры; использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств.	вия баскетбола для развития физических качеств; использовать игру баскетбол в организацииактивного отдыха.		правила безопасности.
		83.	Ловля мяча двумя руками от груди на месте в круге.	1									
		84.	Ведение мяча на месте ( <b>к\у</b> ). Ведение мяча с изменением скорости.	1									
		85.	Бросок двумя руками снизу в движении. Игра в мини-баскетбол.	1									
		86.	Техника ведения мяча с изменением направления ( <b>к\у</b> ).	1									
		87.	Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини-баскетбол.	1									
			88.	Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол.	1	<b>II</b> <b>I</b>							
		89.	Техника выполнения броска одной рукой от плеча с места ( <b>к\у</b> ).Игра в мини-баскетбол.	1									
		90.	Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол.	1									

[illegible]

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