РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
на заседании методического объединения учителей естественно-научного цикла МКОУ СОШ №1с.п.Кахун Протокол №1 от 26.08.2023г	Заместитель директора по УВР МКОУ СОШ №1с.п.Кахун Мокова З.А. «28» августа 2023г	Директор МКОУ СОШ №1 с.п. Кахун _____/Понежева Ф.М./ Приказ №76-ОД от 29.08.2023г

Календарно-тематическое планирование

по предмету «Физическая культура » для 5 класса

Составитель:
Учитель физической культуры
Унакафов М.М.

Календарно-тематическое планирование

по предмету «Физическая культура»
5А класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения	
			по плану	по факту
1.	Физическая культура в основной школе	1	04.09	
2.	Физическая культура и здоровый образ жизни человека	1	05.09	
3.	Упражнения утренней зарядки	1	11.09	
4.	Кувырок вперёд и назад в группировке	1	12.09	
5.	Кувырок вперёд ноги «скрестно»	1	18.09	
6.	Кувырок назад из стойки на лопатках	1	19.09	
7.	Опорные прыжки	1	25.09	
8.	Опорные прыжки	1	26.09	
9.	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1	02.10	
10.	Упражнения на гимнастической лестнице	1	03.10	
11.	Упражнения на гимнастической скамейке	1	09.10	
12.	Бег на длинные дистанции	1	10.10	
13.	Бег на длинные дистанции	1	16.10	
14.	Бег на короткие дистанции	1	17.10	
15.	Бег на короткие дистанции	1	23.10	
16.	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1	24.10	
17.	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1	06.11	
18.	Метание малого мяча в неподвижную мишень	1	07.11	
19.	Метание малого мяча на дальность	1	13.11	
20.	Техника ловли мяча	1	14.11	
21.	Техника ловли мяча	1	20.11	
22.	Техника передачи мяча	1	21.11	
23.	Техника передачи мяча	1	27.11	
24.	Ведение мяча стоя на месте	1	28.11	
25.	Ведение мяча стоя на месте	1	04.12	
26.	Ведение мяча в движении	1	05.12	
27.	Ведение мяча в движении	1	11.12	
28.	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	1	12.12	
29.	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	1	18.12	

30.	Технические действия с мячом	1	19.12	
31.	Технические действия с мячом	1	25.12	
32.	Прямая нижняя подача мяча	1	26.12	
33.	Прямая нижняя подача мяча	1	09.01	
34.	Приём и передача мяча снизу	1	15.01	
35.	Приём и передача мяча снизу	1	16.01	
36.	Приём и передача мяча сверху	1	22.01	
37.	Приём и передача мяча сверху	1	23.01	
38.	Технические действия с мячом	1	29.01	
39.	Технические действия с мячом	1	30.01	
40.	Технические действия с мячом	1	05.02	
41.	Технические действия с мячом	1	06.02	
42.	Удар по мячу внутренней стороной стопы	1	12.02	
43.	Удар по мячу внутренней стороной стопы	1	13.02	
44.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1	19.02	
45.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1	20.02	
46.	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1	26.02	
47.	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1	27.02	
48.	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1	04.03	
49.	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1	05.03	
50.	Ведение футбольного мяча «змейкой»	1	11.03	
51.	Обводка мячом ориентиров	1	12.03	
52.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м. Эстафеты	1	18.03	
53.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м	1	19.03	
54.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м	1	08.04	
55.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1	09.04	
56.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1	15.04	
57.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	16.04	
58.	Правила и техника выполнения норматива	1	22.04	

	комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры			
59.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	23.04	
60.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	29.04	
61.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	30.04	
62.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	06.05	
63.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	07.05	
64.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1	13.05	
65.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1	14.05	
66.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	15.05	
67.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	20.05	
68.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	21.05	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68		

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 1" С.П. КАХУН УРВАНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КБР Понежева Фатима Мухамедовна, Директор	00 D3 3C EC 5A 1D 2F 4F D7 BD 65 16 91 F0 08 CD58 действителен с 21.03.2023 07:20 по 13.06.2024 07:20	29.08.2023 Подпись верна

Идентификатор документа: ON_NSCHFDOPPR_2AL-054D2A0E-0782-4C00-8F64-0754A07773A7-00001_2AE75689903-7BD3-4175-911C-67BFBA2F15DD_20230828_50c9f9d9-602a-4e66-83f9-33f14a4663bc