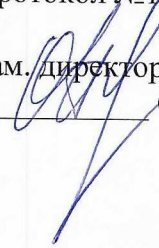


муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя школа с углубленным изучением отдельных предметов № 6 Центрального района Волгограда»

РАССМОТРЕНО

на заседании кафедры
естественно-математической
направленности обучения
Протокол №1 от 26.08.2025
Руководитель кафедры
 О.В. Свиридова

СОГЛАСОВАНО

на заседании научно-
методического Совета
Протокол №1 от 27.08.2025
Зам. директора по УВР
 О.Б. Попова

УТВЕРЖДЕНО

на заседании
педагогического Совета
Протокол №1 от 29.08.2025
(Приказ МОУ СШ №6 от
29.08.2025 № 232)
Директор МОУ СШ №6
_____ А.Ю. Гаврилова

Календарно-тематическое планирование

к рабочей программе

учебного предмета

«Физическая культура»

5 класс

класс 2025/2026 учебный год

МУНИЦИПАЛЬНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ
ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ
ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ
ПРЕДМЕТОВ № 6
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА
ВОЛГОГРАДА"

Подписано цифровой подписью:
МУНИЦИПАЛЬНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА
С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ
ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ № 6
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА
ВОЛГОГРАДА"
Дата: 2025.09.26 17:02:15 +03'00'

Учитель: Павлова Анастасия Вячеславовна

Волгоград

Календарно-тематическое планирование рабочей программе
учебного предмета
«Физическая культура»

5 класс 2025/2026 учебный год

№	Изучаемый раздел, тема урока	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Домашнее задание	Календарные сроки	
					План	Факт
1	Физическая культура в основной школе	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	02.09.2025	
2	Физическая культура и здоровый образ жизни человека	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	04.09.2025	
3	Олимпийские игры древности	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	09.09.2025	
4	Режим дня	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	11.09.2025	
5	Наблюдение за физическим развитием, оценка состояния организма	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	16.09.2025	
6	Организация и проведение самостоятельных занятий	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	18.09.2025	
7	Составление дневника по физической культуре	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	23.09.2025	
8	Упражнения утренней зарядки	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru	Комплекс №2	25.09.2025	

			https://uchi.ru			
9	Физкультурно-оздоровительные мероприятия в жизнедеятельности современного человека	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	30.09.2025	
10	Упражнения на развитие физических качеств и формирования гармоничного телосложения	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	02.10.2025	
11	Бег на длинные дистанции	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	14.10.2025	
12	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: бег на 1000 м	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	16.10.2025	
13	Бег на короткие дистанции	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	21.10.2025	
14	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: бег на 30 м	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	23.10.2025	
15	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: челночный бег 3x10 м	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	28.10.2025	
16	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	30.10.2025	
17	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: прыжок в длину с места толчком	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	04.11.2025	

	двумя ногами					
18	Метание малого мяча в неподвижную мишень	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	06.11.2025	
19	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: метание мяча весом 150 г	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	11.11.2025	
20	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: метание мяча весом 150 г	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	13.11.2025	
21	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: кросс на 2 км	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	25.11.2025	
22	Акробатические комбинации	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	27.11.2025	
23	Опорные прыжки через гимнастического козла	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	02.12.2025	
24	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	04.12.2025	
25	Упражнения на невысокой гимнастической перекладине	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	09.12.2025	
26	Кувырок вперед и назад в группировке	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	11.12.2025	
27	Кувырок вперед ноги «скрестно»	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	16.12.2025	

28	Кувырок назад из стойки на лопатках	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	18.12.2025	
29	Упражнения на гимнастической лестнице	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	23.12.2025	
30	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчишки; наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	25.12.2025	
31	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см; поднимание туловища из положения лежа на спине.	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	30.12.2025	
32	Техника ловли мяча	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	13.01.2026	
33	Техника передачи мяча	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	15.01.2026	
34	Ведение мяча стоя на месте	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	20.01.2026	
35	Ведение мяча в движении	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	22.01.2026	
36	Бросок баскетбольного мяча в корзину	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru	Комплекс №2	27.01.2026	

	двумя руками от груди с места		https://uchi.ru			
37	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	29.01.2026	
38	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди в движение	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	03.02.2026	
39	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди в движение	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	05.02.2026	
40	Технические действия с мячом	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	10.02.2026	
41	Технические действия с мячом	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	17.02.2026	
42	Прямая нижняя подача мяча	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	24.02.2026	
43	Прямая нижняя подача мяча	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	25.02.2026	
44	Приём и передача мяча снизу	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	26.02.2026	
45	Приём и передача мяча снизу	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	03.03.2026	
46	Приём и передача мяча сверху	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	05.03.2026	
47	Приём и передача мяча сверху	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	10.03.2026	

48	Удар по мячу внутренней стороной стопы	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	12.03.2026	
49	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	17.03.2026	
50	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	19.03.2026	
51	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	24.03.2026	
52	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	26.03.2026	
53	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	31.03.2026	
54	Ведение футбольного мяча «змейкой»	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	02.04.2026	
55	Обводка мячом ориентиров	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	14.04.2026	
56	История ВФСК ГТО и ГТО в наши дни. Правила выполнения спортивных нормативов 3 степени. Физическая подготовка	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	16.04.2026	
57	Правила ТБ на уроках при подготовке к ГТО. ЗОЖ. Первая помощь при травмах	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	21.04.2026	
58	Правила и техника выполнения норматива	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru	Комплекс №2	25.04.2026	

	комплекса ГТО: Бег на 30м. Эстафеты		https://uchi.ru			
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	28.04.2026	
60	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	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	30.04.2026	
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	05.05.2026	
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	07.05.2026	
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	12.05.2026	
64	Правила и техника	1	Www.edu.ru	Комплекс	14.05.2026	

	выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры		www.schooledu.ru https://uchi.ru	№2		
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	19.05.2026	
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	21.05.2026	
67	Летний фестиваль ГТО. (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №1	22.05.2026	
68	Зимний фестиваль ГТО. (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1	Www.edu.ru www.schooledu.ru https://uchi.ru	Комплекс №2	26.05.2026	