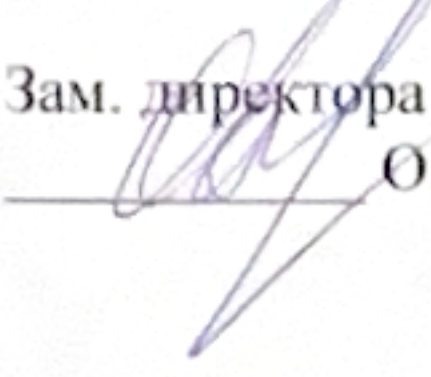


муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя школа с углубленным изучением отдельных предметов № 6 Центрального района Волгограда»

РАССМОТРЕНО

на заседании кафедры
социально-культурной
направленности обучения
Протокол №1 от 26.08.2026
Руководитель кафедры
 О.В. Свиридова

СОГЛАСОВАНО

на заседании научно-
методического Совета
Протокол №1 от 28.08.2026
Зам. директора по УВР
 О.Б. Попова

УТВЕРЖДЕНО

на заседании
педагогического Совета
Протокол №1 от 31.08.2026
(Приказ МОУ СШ №6 от
31.08.2026 № 217)
Директор МОУ СШ №6
 А.Ю. Гаврилова

Календарно-тематическое планирование к

рабочей программе

учебного предмета, курса

«Физическая культура»

5 класс 2026/2027 учебный год

Учитель: Панченко Дарья Александровна

Волгоград

Календарно-тематическое планирование к рабочей программе учебного предмета,
«Физическая культура» 5 класса 2026/2027 учебный год

№ п/п	Тема урока	Коли- чество часов	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Домашнее задание	Календарные сроки	
					План	Факт
1	Физическая культура в основной школе	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	03.09.2026	
2	Физическая культура и здоровый образ жизни человека	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	08.09.2026	
3	Олимпийские игры древности	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	10.09.2026	
4	Режим дня	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	15.09.2026	
5	Наблюдение за физическим развитием, оценка состояния организма	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	17.09.2026	
6	Организация и проведение самостоятельных занятий	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	22.09.2026	
7	Составление дневника по физической культуре	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	24.09.2026	
8	Упражнения утренней зарядки	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	29.09.2026	

9	Физкультурно-оздоровительные мероприятия в жизнедеятельности современного человека	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	01.10.2026	
10	Упражнения на развитие физических качеств и формирования гармоничного телосложения	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	06.10.2026	
11	Бег на длинные дистанции	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	08.10.2026	
12	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: бег на 1000 м	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	13.10.2026	
13	Бег на короткие дистанции	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	15.10.2026	
14	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: бег на 30 м	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	20.10.2026	
15	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: челночный бег 3x10 м	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	22.10.2026	
16	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	05.11.2026	
17	Правила и техника выполнения норматива	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	10.11.2026	

	комплекса ГТО: прыжок в длину с места толчком двумя ногами		gi.ru/edu-content			
18	Метание малого мяча в неподвижную мишень	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	12.11.2026	
19	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: метание мяча весом 150 г	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	17.11.2026	
20	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: метание мяча весом 150 г	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	19.11.2026	
21	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: кросс на 2 км	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	24.11.2026	
22	Акробатические комбинации	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	26.11.2026	
23	Опорные прыжки через гимнастического козла	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	01.12.2026	
24	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	03.12.2026	
25	Упражнения на невысокой гимнастической перекладине	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	08.12.2026	

26	Кувырок вперед и назад в группировке	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	10.12.2026	
27	Кувырок вперед ноги «скрестно»	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	15.12.2026	
28	Кувырок назад из стойки на лопатках	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	17.12.2026	
29	Упражнения на гимнастической лестнице	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	22.12.2026	
30	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики; наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	24.12.2026	
31	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см; поднимание туловища из положения лежа на спине.	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	29.12.2026	
32	Техника ловли мяча	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	12.01.2027	

			gi.ru/edu-content			
33	Техника передачи мяча	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	14.01.2027	
34	Ведение мяча стоя на месте	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	19.01.2027	
35	Ведение мяча в движении	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	21.01.2027	
36	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	26.01.2027	
37	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	28.01.2027	
38	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди в движение	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	02.02.2027	
39	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди в движение	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	04.02.2027	
40	Технические действия с мячом	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	09.02.2027	
41	Технические действия с мячом	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	11.02.2027	

			gi.ru/edu-content			
42	Прямая нижняя подача мяча	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	16.02.2027	
43	Прямая нижняя подача мяча	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	18.02.2027	
44	Приём и передача мяча снизу	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	25.02.2027	
45	Приём и передача мяча снизу	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	02.03.2027	
46	Приём и передача мяча сверху	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	04.03.2027	
47	Приём и передача мяча сверху	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	09.03.2027	
48	Удар по мячу внутренней стороной стопы	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	11.03.2027	
49	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	16.03.2027	
50	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	18.03.2027	

			gi.ru/edu-content			
51	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	23.03.2027	
52	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	25.03.2027	
53	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	06.04.2027	
54	Ведение футбольного мяча «змейкой»	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	08.04.2027	
55	Обводка мячом ориентиров	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	13.04.2027	
56	История ВФСК ГТО и ГТО в наши дни. Правила выполнения спортивных нормативов 3 ступени. Физическая подготовка	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	15.04.2027	
57	Правила ТБ на уроках при подготовке к ГТО. ЗОЖ. Первая помощь при травмах	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	20.04.2027	
58	Правила и техника выполнения норматива	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	22.04.2027	

	комплекса ГТО: Бег на 30м. Эстафеты		gi.ru/edu-content			
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	27.04.2027	
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	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	29.04.2027	
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	04.05.2027	
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	06.05.2027	
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	11.05.2027	
64	Правила и техника выполнения	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	13.05.2027	

	норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры		gi.ru/edu-content			
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	18.05.2027	
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	20.05.2027	
67	Летний фестиваль ГТО. (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов)	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	25.05.2027	
68	Зимний фестиваль ГТО. (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов)	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	27.05.2027	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		