

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ЛЕНИНСКОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЧЕЛЯДИНОВСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
ЛЕНИНСКОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

РАССМОТРЕНО

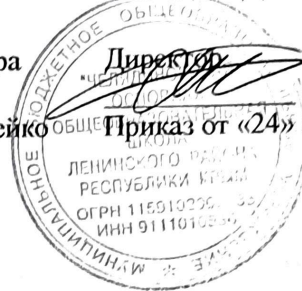
на заседании методического совета
Протокол от «24» августа 2023г. №2

СОГЛАСОВАНО

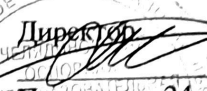
Заместитель директора
по УВР

 Ш.Р.Борейко
«24» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ



Директор

 С.Г.Шупульник
Приказ от «24» августа 2023 №159

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Предмет «Физическая культура»

(наименование учебного предмета или курса)

Уровень образования (класс) основное общее образование (5-9 класс) ФГОС ООО
(начальное общее образование)

Количество часов 68 часов, 2 часа в неделю
(общее количество за год, в неделю)

Срок реализации 1 год

Учитель Коротеев Евгений Александрович

2023 г.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5 КЛАСС**

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дополнительная информация
		Всего	
1	Физическая культура в основной школе	1	
2	Физическая культура и здоровый образ жизни человека	1	
3	Олимпийские игры древности	1	
4	Режим дня	1	
5	Наблюдение за физическим развитием	1	
6	Организация и проведение самостоятельных занятий	1	
7	Определение состояния организма	1	
8	Составление дневника по физической культуре	1	
9	Упражнения утренней зарядки	1	
10	Оздоровительные мероприятия в режиме учебной деятельности	1	
11	Оздоровительные мероприятия в режиме учебной деятельности	1	
12	Упражнения на развитие гибкости	1	
13	Упражнения на развитие координации	1	
14	Упражнения на формирование телосложения	1	
15	Кувырок вперёд и назад в группировке	1	
16	Кувырок вперёд ноги «скрестно»	1	
17	Кувырок назад из стойки на лопатках	1	
18	Опорные прыжки	1	
19	Опорные прыжки	1	

20	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1	
21	Упражнения на гимнастической лестнице	1	
22	Упражнения на гимнастической скамейке	1	
23	Бег на длинные дистанции	1	
24	Бег на длинные дистанции	1	
25	Бег на короткие дистанции	1	
26	Бег на короткие дистанции	1	
27	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1	
28	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1	
29	Метание малого мяча в неподвижную мишень	1	
30	Метание малого мяча на дальность	1	
31	Техника ловли мяча	1	
32	Техника ловли мяча	1	
33	Техника передачи мяча	1	
34	Техника передачи мяча	1	
35	Ведение мяча стоя на месте	1	
36	Ведение мяча стоя на месте	1	
37	Ведение мяча в движении	1	
38	Ведение мяча в движении	1	
39	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	1	
40	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	1	
41	Технические действия с мячом	1	
42	Технические действия с мячом	1	
43	Прямая нижняя подача мяча	1	

44	Прямая нижняя подача мяча	1	
45	Приём и передача мяча снизу	1	
46	Приём и передача мяча снизу	1	
47	Приём и передача мяча сверху	1	
48	Приём и передача мяча сверху	1	
49	Технические действия с мячом	1	
50	Технические действия с мячом	1	
51	Технические действия с мячом	1	
52	Технические действия с мячом	1	
53	Удар по мячу внутренней стороной стопы	1	
54	Удар по мячу внутренней стороной стопы	1	
55	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1	
56	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1	
57	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1	
58	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1	
59	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1	
60	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1	
61	Ведение футбольного мяча «змейкой»	1	
62	Обводка мячом ориентиров	1	
63	История ВФСК ГТО и ГТО в наши дни. Правила выполнения спортивных нормативов 3 степени. Физическая подготовка	1	
64	Правила ТБ на уроках при подготовке к ГТО. ЗОЖ. Первая помощь при травмах	1	

65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м. Эстафеты	1	
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м	1	
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1	
68	Летний фестиваль ГТО. (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	

6 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	
1	Возрождение Олимпийских игр	1	
2	Символика и ритуалы Олимпийских игр	1	
3	История первых Олимпийских игр современности	1	
4	Составление дневника физической культуры	1	
5	Физическая подготовка человека	1	
6	Основные показатели физической нагрузки	1	
7	Составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой	1	
8	Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах	1	
9	Упражнения для коррекции телосложения	1	
10	Упражнения для профилактики нарушения зрения	1	
11	Упражнения для профилактики нарушений осанки	1	
12	Акробатические комбинации	1	
13	Акробатические комбинации	1	
14	Опорные прыжки через гимнастического	1	

	козла		
15	Опорные прыжки через гимнастического козла	1	
16	Опорные прыжки через гимнастического козла	1	
17	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1	
18	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1	
19	Упражнения на невысокой гимнастической перекладине	1	
20	Упражнения на невысокой гимнастической перекладине	1	
21	Лазание по канату в три приема	1	
22	Лазание по канату в три приема	1	
23	Упражнения ритмической гимнастики	1	
24	Упражнения ритмической гимнастики	1	
25	Упражнения ритмической гимнастики	1	
26	Старт с опорой на одну руку с последующим ускорением	1	
27	Старт с опорой на одну руку с последующим ускорением	1	
28	Спринтерский бег	1	
29	Спринтерский бег	1	
30	Гладкий равномерный бег	1	
31	Гладкий равномерный бег	1	
32	Прыжковые упражнения: прыжок в	1	

	высоту с разбега способом «перешагивание»		
33	Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	1	
34	Прыжковые упражнения в длину и высоту	1	
35	Метание малого мяча по движущейся мишени	1	
36	Передвижение в стойке баскетболиста	1	
37	Передвижение в стойке баскетболиста	1	
38	Прыжки вверх толчком одной ногой	1	
39	Прыжки вверх толчком одной ногой	1	
40	Остановка двумя шагами и прыжком	1	
41	Остановка двумя шагами и прыжком	1	
42	Упражнения в ведении мяча	1	
43	Упражнения в ведении мяча	1	
44	Упражнения на передачу и броски мяча	1	
45	Упражнения на передачу и броски мяча	1	
46	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1	
47	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1	
48	Приём мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1	
49	Приём мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1	

50	Передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1	
51	Передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1	
52	Игровая деятельность с использованием технических приёмов в подаче мяча	1	
53	Игровая деятельность с использованием технических приёмов в подаче мяча	1	
54	Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху	1	
55	Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху	1	
56	Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча снизу и сверху	1	
57	Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча снизу и сверху	1	
58	Удар по катящемуся мячу с разбега	1	
59	Удар по катящемуся мячу с разбега	1	
60	Игровая деятельность с использованием технических приёмов остановки мяча	1	
61	Игровая деятельность с использованием технических приёмов остановки мяча	1	
62	Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча	1	
63	Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча	1	

64	Игровая деятельность с использованием технических приёмов ведения мяча	1	
65	Игровая деятельность с использованием технических приёмов обводки	1	
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Плавание 50м. Подвижные игры	1	
68	Фестиваль ГТО «Все́м классом сдадим ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3-4 ступени	1	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	

7 К
ЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	
1	Истоки развития олимпизма в России	1	
2	Олимпийское движение в СССР и современной России	1	
3	Воспитание качеств личности на занятиях физической культурой и спортом	1	
4	Соблюдение правил техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями	1	
5	Тактическая подготовка	1	
6	Способы и процедуры оценивания техники двигательных действий	1	
7	Планирование занятий технической подготовкой	1	
8	Оценивание оздоровительного эффекта занятий физической культурой	1	
9	Упражнения для коррекции телосложения	1	
10	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1	
11	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1	
12	Акробатические комбинации	1	

13	Акробатические пирамиды	1	
14	Стойка на голове с опорой на руки	1	
15	Стойка на голове с опорой на руки	1	
16	Комплекс упражнений степ-аэробики	1	
17	Комплекс упражнений степ-аэробики	1	
18	Комбинация на гимнастическом бревне	1	
19	Комбинация на гимнастическом бревне	1	
20	Комбинация на низкой гимнастической перекладине	1	
21	Комбинация на низкой гимнастической перекладине	1	
22	Лазанье по канату в два приёма	1	
23	Лазанье по канату в два приёма	1	
24	Преодоление препятствий наступанием	1	
25	Преодоление препятствий наступанием	1	
26	Преодоление препятствий прыжковым бегом	1	
27	Преодоление препятствий прыжковым бегом	1	
28	Эстафетный бег	1	
29	Эстафетный бег	1	
30	Прыжки с разбега в длину и в высоту	1	
31	Прыжки с разбега в длину и в высоту	1	
32	Метание малого мяча в катящуюся мишень	1	
33	Метание малого мяча в катящуюся мишень	1	

34	Передача мяча после отскока от пола	1	
35	Передача мяча после отскока от пола	1	
36	Ловля мяча после отскока от пола	1	
37	Ловля мяча после отскока от пола	1	
38	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения	1	
39	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения	1	
40	Бросок мяча в корзину двумя рукам от груди после ведения	1	
41	Бросок мяча в корзину двумя рукам от груди после ведения	1	
42	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	
43	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	
44	Верхняя прямая подача мяча	1	
45	Верхняя прямая подача мяча	1	
46	Передача мяча через сетку двумя руками сверху	1	
47	Передача мяча через сетку двумя руками сверху	1	
48	Перевод мяча за голову	1	
49	Перевод мяча за голову	1	
50	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	
51	Игровая деятельность с использованием	1	

	разученных технических приёмов		
52	Средние и длинные передачи мяча по прямой	1	
53	Средние и длинные передачи мяча по прямой	1	
54	Средние и длинные передачи мяча по диагонали	1	
55	Средние и длинные передачи мяча по диагонали	1	
56	Тактические действия при выполнении углового удара	1	
57	Тактические действия при выполнении углового удара	1	
58	Тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой линии	1	
59	Тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой линии	1	
60	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	
61	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	
62	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1	
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание	1	

	туловища из положения лежа на спине		
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	1	
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1	
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Плавание 50м	1	
68	Фестиваль «Мы и ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 4 ступени	1	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	

8 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	
1	Физическая культура в современном обществе	1	
2	Всестороннее и гармоничное физическое развитие	1	
3	Адаптивная и лечебная физическая культура	1	
4	Коррекция нарушения осанки	1	
5	Коррекция избыточной массы тела	1	
6	Правила проведения самостоятельных занятий при коррекции осанки и телосложения	1	
7	Составление планов для самостоятельных занятий	1	
8	Способы учёта индивидуальных особенностей	1	
9	Профилактика умственного перенапряжения	1	
10	Упражнения для профилактики утомления	1	
11	Дыхательная и зрительная гимнастика	1	
12	Акробатические комбинации	1	
13	Акробатические комбинации	1	
14	Гимнастическая комбинация на	1	

	гимнастическом бревне		
15	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1	
16	Гимнастическая комбинация на перекладине	1	
17	Гимнастическая комбинация на перекладине	1	
18	Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	1	
19	Вольные упражнения на базе ритмической гимнастики	1	
20	Бег на короткие дистанции	1	
21	Бег на средние дистанции	1	
22	Бег на длинные дистанции	1	
23	Бег на длинные дистанции	1	
24	Прыжки в длину с разбега	1	
25	Прыжки в длину с разбега	1	
26	Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись»	1	
27	Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись»	1	
28	Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО	1	
29	Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО	1	
30	Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований	1	

	комплекса ГТО		
31	Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1	
32	Повороты с мячом на месте	1	
33	Повороты с мячом на месте	1	
34	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1	
35	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1	
36	Передача мяча одной рукой снизу	1	
37	Передача мяча одной рукой снизу	1	
38	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке	1	
39	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке	1	
40	Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке	1	
41	Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке	1	
42	Прямой нападающий удар	1	
43	Прямой нападающий удар	1	
44	Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	1	
45	Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	1	
46	Тактические действия в защите	1	

47	Тактические действия в защите	1	
48	Тактические действия в нападении	1	
49	Тактические действия в нападении	1	
50	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	
51	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	
52	Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы	1	
53	Остановка мяча внутренней стороной стопы	1	
54	Правила игры в мини-футбол	1	
55	Правила игры в мини-футбол	1	
56	Игровая деятельность по правилам классического футбола	1	
57	Игровая деятельность по правилам классического футбола	1	
58	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4-5 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1	
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м	1	
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м или 2000м	1	
61	Правила и техника выполнения	1	

	норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 2 км или 3 км		
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1	
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1	
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1	
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1	
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	1	
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1	
68	Фестиваль «Мы сдадим ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 4-5 ступени	1	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	

9 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	
1	Здоровье и здоровый образ жизни	1	
2	Туристские походы как форма активного отдыха	1	
3	Профессионально-прикладная физическая культура	1	
4	Восстановительный массаж	1	
5	Восстановительный массаж	1	
6	Банные процедуры	1	
7	Измерение функциональных резервов организма	1	
8	Оказание первой помощи во время самостоятельных занятий физическими упражнениями и активного отдыха	1	
9	Занятия физической культурой и режим питания	1	
10	Упражнения для снижения избыточной массы тела	1	
11	Мероприятия в режиме двигательной активности обучающихся	1	
12	Длинный кувырок с разбега	1	
13	Кувырок назад в упор	1	
14	Гимнастическая комбинация на высокой перекладине	1	

15	Гимнастическая комбинация на высокой перекладине	1	
16	Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	1	
17	Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	1	
18	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1	
19	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1	
20	Упражнения черлидинга	1	
21	Упражнения черлидинга	1	
22	Бег на короткие дистанции	1	
23	Бег на короткие дистанции	1	
24	Бег на длинные дистанции	1	
25	Бег на длинные дистанции	1	
26	Прыжки в длину «прогнувшись»	1	
27	Прыжки в длину «прогнувшись»	1	
28	Прыжки в длину «согнув ноги»	1	
29	Прыжки в длину «согнув ноги»	1	
30	Прыжки в высоту	1	
31	Прыжки в высоту	1	
32	Метание спортивного снаряда с разбега на дальность	1	
33	Метание спортивного снаряда с разбега на дальность	1	
34	Ведение мяча	1	

35	Ведение мяча	1	
36	Передача мяча	1	
37	Передача мяча	1	
38	Приемы и броски мяча на месте	1	
39	Приемы и броски мяча на месте	1	
40	Приемы и броски мяча в прыжке	1	
41	Приемы и броски мяча после ведения	1	
42	Приемы и броски мяча после ведения	1	
43	Подачи мяча в разные зоны площадки соперника	1	
44	Подачи мяча в разные зоны площадки соперника	1	
45	Приёмы и передачи мяча на месте	1	
46	Приёмы и передачи мяча на месте	1	
47	Приёмы и передачи в движении	1	
48	Приёмы и передачи в движении	1	
49	Удары	1	
50	Удары	1	
51	Блокировка	1	
52	Блокировка	1	
53	Ведение мяча	1	
54	Ведение мяча	1	
55	Приемы мяча	1	
56	Приемы мяча	1	
57	Передачи мяча	1	
58	Передачи мяча	1	

59	Остановки и удары по мячу с места	1	
60	Остановки и удары по мячу с места	1	
61	Остановки и удары по мячу в движении	1	
62	Остановки и удары по мячу в движении	1	
63	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 5-6 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1	
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м, 60м или 100м	1	
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км или 5км	1	
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1	
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г, 500г(д), 700г(ю)	1	
68	Фестиваль «Мы и ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 5-6 ступени	1	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	