

Календарно - тематическое планирование по физической культуре для учащихся 6А класса

1 четверть 26 часов

Легкая атлетика (Л/А) - 8 часов

Общая физическая подготовка (ОФП) – 5 часов

Баскетбол (Б) - 4 часа

Пионербол (П) - 1 час

Подвижные игры (П/И) - 6 часов

Футбол (Ф) - 2 часа

№	Наименование раздела программы	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся	Вид контроля	Дата
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Легкая атлетика. Л/А	Инструктаж по ТБ на уроках физической культуры. Спринтерский бег, низкий старт	1	Изучение нового материала	Инструктаж по ТБ на уроках физической культуры. Задачи на год. Низкий старт до 10-15м, бег с ускорением 30-40м, встречная эстафета, специальные беговые развитие скоростных качеств.	Уметь пробегать с максимальной скоростью 60м с низкого старта	Текущий	02.09
2	Легкая атлетика. Л/А	Спринтерский бег, низкий старт	1	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Низкий старт до 10-15м, бег с ускорением 40-50м, специальные беговые и прыжковые упражнения, развитие скоростных качеств. Эстафеты. Влияние лёгкоатлетических упражнений на здоровье	Уметь пробегать с максимальной скоростью 60м с низкого старта	Текущий	03.09
3	Пионербол П	Пионербол. Подвижные игры на улице	1	Правила игры в пионербол	Инструктаж по ТБ Учебная игра в пионербол.	Уметь выполнять упражнения в движении		07.09

4	Легкая атлетика. Л/А	Спринтерский бег, низкий старт	1	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Низкий старт до 10-15м, бег с ускорением 50-60м, специальные беговые и прыжковые упражнения, развитие скоростных качеств. Эстафеты.	Уметь пробежать с максимальной скоростью 60м с низкого старта	Текущий	09.09
5	Легкая атлетика. Л/А	Развитие выносливости в беге на длинные дистанции.	1	Изучение нового материала. Совершенствование	Инструктаж по ТБ Равномерный бег до 1 км.	Уметь бегать в равномерном темпе до 10 мин.	Текущий	10.09
6	Футбол Ф	Игра в мини – футбол на улице	1		Инструктаж по ТБ	Уметь выполнять упражнения в движении		14.09
7	Легкая атлетика. Л/А	Прыжки в длину с разбега	1	Совершенствование	Инструктаж по ТБ	Уметь вкладывать массу тела в бросок мяча. Уметь бегать в равномерном темпе до 10 мин.	Текущий	16.09
8	Легкая атлетика. Л/А	Метание малого мяча	1	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Метание малого мяча с шага способом «из-за спины через плечо» из положения скрестного шага на дальность. Равномерный бег до 1.3 км. Игры с мячом	Уметь бегать в равномерном темпе до 10 мин.	Текущий	17.09
9	Подвижные игры П/И	Игры на выбивание цели	1		Инструктаж по ТБ	Уметь выполнять упражнения в движении		21.09
10	Легкая атлетика.	Развитие выносливости в	1	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Распределение силы на	Уметь правильно	Текущий	23.09

	Л/А	беге на длинные дистанции			дистанцию 1.5 км.	метать мяч на дальность. Уметь бегать в равномерном темпе до 15 мин.		
11	Легкая атлетика. Л/А	Бег на длинные дистанции	1	Контрольный Совершенствование	Инструктаж по ТБ Развитие выносливости в беге на длинные дистанции	Метание мяча на результат Уметь бегать в равномерном темпе до 15 мин.	Метание мяча на дальность мальчики - «5»-34, «4»-29, «3»-23; девочки- «5»-21, «4»-17, «3»-14.	24.09
12	Подвижные игры П/И	Игры с мячами и без	1	Игровой урок	Инструктаж по ТБ	Уметь выполнять упражнения в движении		28.09
13	Общая физическая подготовка ОФП	ОФП. Бросок в цель. Челночный бег.	1	Совершенствование	Инструктаж по ТБ	Уметь метать мяч в горизонтальную цель	Текущий	30.09
14	Общая физическая подготовка ОФП	Упражнения со скакалкой. Прыжки со скакалкой. Тест	1	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Правильно выполнять движения.	Уметь выполнять упражнения со скакалкой	Текущий	01.10
15	Подвижные игры П/И	Игры со скакалкой и мячом	1		Инструктаж по ТБ	Уметь выполнять упражнения в движении		05.10
16	Общая физическая подготовка ОФП	Упражнения на развитие прыгучести	1	Контрольный. Совершенствование	Инструктаж по ТБ	Уметь выполнять упражнения в движении		07.10
17	Общая физическая	Прыжок в длину с места	1	Изучение нового	Инструктаж по ТБ Обучение отталкиванию в	Уметь прыгать в длину с места	Техника выполнен	08.10

	подготовка ОФП			материала	прыжке в длину с места. ОРУ. Специальные прыжковые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств		ия прыжка в длину с места	
18	Подвижные игры П/И	Игры с прыжками	1		Инструктаж по ТБ Обучение перепрыгиванию, спрыгиванию и запрыгиванию	Уметь выполнять упражнения в движении		12.10
19	Общая физическая подготовка ОФП	Прыжок в длину с места	1	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Обучение мягкому приземлению в прыжке в длину с места. ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь прыгать в длину с места	Техника выполнения прыжка в длину с места	14.10
20	Футбол Ф	Передвижение по площадке. Передачи мяча друг другу.	1	Контрольный	Инструктаж по ТБ ОРУ. Специальные прыжковые упражнения. Прыжок в длину с места на результат.	Уметь прыгать в длину с места	Мальчики - «5»-160, «4»-151, «3»-141; девочки- «5»-149, «4»-139, «3»-127.	15.10
21	Подвижные игры П/И	Игры с прыжками и бегом	1	Игровой	Инструктаж по ТБ	Уметь выполнять упражнения в движении		19.10
22	Баскетбол Б <i>Уплотнение 22 и 24 уроков</i>	Ведение мяча. Передача и ловля. Броски в кольцо. <i>Игровая тренировка</i>	1	Изучение нового материала	Инструктаж по ТБ Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте. Остановка прыжком.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		21.10
23	Баскетбол Б <i>Уплотнение</i>	Ведение мяча. Передача и ловля. Броски в кольцо.	1	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Ловля мяча двумя руками и передача от груди двумя	Уметь выполнять ведение и		22.10

	<i>23, 25 и 26 уроков</i>	<i>Подведение итогов 1 четверти</i>			руками на месте в парах.	передачу мяча двумя руками от груди.		
24	Подвижные игры П/И	Игровая тренировка	1	Совершенствование	Инструктаж по ТБ	Уметь выполнять упражнения в движении		26.10
25	Баскетбол Б	Ведение мяча. Передача и ловля. Броски в кольцо.	1	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Развитие координационных качеств. Правила ТБ при игре в баскетбол.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		28.10
26	Баскетбол Б	Ведение мяча. Передача и ловля. Броски в кольцо. Подведение итогов 1 четверти.	1	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Терминология баскетбола	Уметь выполнять ведение и передачу мяча двумя руками от груди.		29.10

2 четверть - 21 час
Гимнастика (Г) - 14 часов
Волейбол (В) - 6 часов
Пионербол (П) - 1 час

27	Гимнастика Г	Инструктаж по мерам безопасности на уроках физической культуры. Строевые приёмы, перестроения. Висы.	1	Изучение нового материала	Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики. Перестроение из колонны по одному. ОРУ без предметов на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись (мальчики), смешанные висы (девочки). Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки.	Уметь выполнять комбинацию из разученных элементов, строевые упражнения	Текущий	09.11
28	Гимнастика Г	Строевые приёмы, перестроения.	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Перестроение из колонны	Уметь выполнять	Текущий	11.11

		Висы. Силовые упражнения.			по Вис согнувшись, вис прогнувшись (мальчики), смешанные висы (девочки). Подтягивание в висячем. Развитие силовых способностей.	комбинацию из разученных элементов, строевые упражнения		
29	Пионербол П	Ведение мяча. Передача и ловля. Броски в кольцо Инструктаж по ТБ Игра в пионербол. Развитие координационных качеств	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Игра в пионербол. Развитие координационных качеств.			12.11
30	Гимнастика Г	Строевые приёмы, перестроения. Висы.	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ ОРУ без предметов на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись (мальчики), смешанные висы (девочки). Подтягивание в висячем.	Уметь выполнять комбинацию из разученных элементов, строевые упражнения	Текущий	16.11
31	Гимнастика Г	Инструктаж по ТБ Перестроение. ОРУ без предметов на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись (мальчики), смешанные висы (девочки). Подтягивание в висячем.	1	Контрольный	Инструктаж по ТБ Перестроение. ОРУ без предметов на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись (мальчики), смешанные висы (девочки). Подтягивание в висячем. Развитие силовых способностей.	Уметь выполнять строевые упражнения Техника висов, подтягивания в висячем.	Мальчики : «5» - 6; «4» - 4; «3» - 3. Девочки: «5» - 15; «4» - 12; «3» - 8	18.11
32	Волейбол В	Инструктаж по ТБ Изучение и совершенствовани е передачи мяча сверху двумя руками. Развитие	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Изучение и совершенствование передачи мяча сверху двумя руками. Развитие быстроты. Игра в волейбол.	Уметь выйти на мяч, правильно принять	Текущий	19.11

		быстроты. Игра в волейбол.						
33	Гимнастика Г	Инструктаж по ТБ Перестроение из колонны по два в колонну по одному. ОРУ с предметами на месте. Вскок в упор присев. РАЗВИТИЕ СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ	1	Изучение нового материала	Инструктаж по ТБ Перестроение из колонны по два в колонну по одному. ОРУ с предметами на месте. Вскок в упор присев. Развитие силовых способностей	Уметь выполнять опорный прыжок, строевые упражнения	Текущий	23.11
34	Гимнастика Г	Инструктаж по ТБ Перестроение на месте и в движении. ОРУ с предметами на месте. Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись Развитие силовых способностей.	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Перестроение на месте и в движении. ОРУ с предметами на месте. Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись Развитие силовых способностей.	Уметь выполнять опорный прыжок, строевые упражнения	Текущий	25.11
35	Волейбол В	Волейбол Инструктаж по ТБ Нижняя прямая подача мяча. Совершенствование навыков передачи мяча сверху. Развитие быстроты и ловкости. Игра.	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Нижняя прямая подача мяча. Совершенствование навыков передачи мяча сверху. Развитие быстроты и ловкости. Игра.	Уметь выполнять нижнюю прямую подачу мяча с 4-х метров	Текущий	26.11
36	Гимнастика Г	Строевые приёмы. Опорный прыжок. Инструктаж по ТБ Перестроение на месте и в движении. ОРУ с	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Перестроение на месте и в движении. ОРУ с предметами на месте. Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись	Уметь выполнять опорный прыжок, строевые упражнения	Текущий	30.11

		предметами на месте. Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись Развитие силовых способностей.			Развитие силовых способностей.			
37	Гимнастика Г	Упражнения на гибкость Инструктаж по ТБ Строевой шаг. Кувырок вперёд. Эстафеты. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей	1	Контрольный	Инструктаж по ТБ Строевой шаг. Кувырок вперёд. Эстафеты. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей	Уметь выполнять опорный прыжок, строевые упражнения	Техника выполнения опорного прыжка	02.12
38	Волейбол В	Волейбол Верхняя передача мяча. Совершенствование нижней прямой подачи. Развитие быстроты. Игра в волейбол.	1	Контрольный	Верхняя передача мяча. Совершенствование нижней прямой подачи. Развитие быстроты. Игра в волейбол.	Уметь выполнять нижнюю прямую подачу.	Оценка техники выполнения верхней передачи мяча.	03.12
39	Гимнастика Г	Акробатика Инструктаж по ТБ Строевой шаг. Кувырок вперёд. Эстафеты. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей	1	Изучение нового материала	Инструктаж по ТБ Строевой шаг. Кувырок вперёд. Эстафеты. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей	Уметь выполнять кувырок вперёд		07.12
40	Гимнастика Г	Акробатика Инструктаж по ТБ Кувырок вперёд и назад. Эстафеты. ОРУ в движении.	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Кувырок вперёд и назад. Эстафеты. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей	Уметь выполнять кувырок вперёд и назад		09.12

		Развитие координационных способностей			способностей			
41	Волейбол В	Волейбол Инструктаж по ТБ Совершенствование нижней прямой подачи. Нижний приём мяча. Игра в волейбол.	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Совершенствование нижней прямой подачи. Нижний приём мяча. Игра в волейбол.	Уметь выполнять нижний приём мяча.	Текущий	10.12
42	Гимнастика Г	Акробатика Инструктаж по ТБ Кувырок вперёд и назад. Стойка на лопатках. Эстафеты. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Кувырок вперёд и назад. Стойка на лопатках. Эстафеты. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей	Уметь выполнять кувырок вперёд и назад, стойку на лопатках		14.12
43	Гимнастика Г	Акробатика Инструктаж по ТБ Кувырок вперёд и назад. Стойка на лопатках. Эстафеты. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей	1	Контрольный	Инструктаж по ТБ Кувырок вперёд и назад. Стойка на лопатках. Эстафеты. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей	Уметь выполнять кувырки, стойку на лопатках	Техника выполнения кувырка вперёд и назад, стойки на лопатках	16.12
44	Волейбол В	Волейбол Инструктаж по ТБ Нижний приём мяча. Совершенствование навыков игры в волейбол. Развитие быстроты и	1	Контрольный	Инструктаж по ТБ Нижний приём мяча. Совершенствование навыков игры в волейбол. Развитие быстроты и точности.	Уметь выполнять нижнюю прямую подачу и принимать мяч.	Оценка техники нижнего приёма мяча.	17.12

		точности.						
45	Гимнастика Г	Лазание по канату Инструктаж по ТБ Правила ТБ при лазании по канату. Лазание по канату. Развитие силовой выносливости. Упражнения в висах и упорах.	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Правила ТБ при лазании по канату. Лазание по канату. Развитие силовой выносливости. Упражнения в висах и упорах.	Уметь лазать по канату	Текущий	21.12
46	Гимнастика Г	Лазание по канату Инструктаж по ТБ Лазание по канату. Развитие силовой выносливости. Упражнения в висах и упорах.	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Лазание по канату. Развитие силовой выносливости. Упражнения в висах и упорах.	Уметь лазать по канату	Текущий	23.12
47	Волейбол В	Волейбол Инструктаж по ТБ Совершенствован ие техники игры в волейбол. Приём мяча, летящего в сторону. Игра. Подведение итогов 2 четверти	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Совершенствование техники игры в волейбол. Приём мяча, летящего в сторону. Игра.	Уметь играть командой.	Текущий	24.12

3 четверть - 29 часов

Лыжная подготовка (Л/П) - 14 часов

Общая физическая подготовка (ОФП) - 6 часов

Подвижные игры (П/И) - 9 часов

48	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	1	Комплексный	Правила ТБ на уроках по лыжной подготовке. Значение лыжной подготовки для здоровья человека. Подбор инвентаря. Совершенствование скользящего шага.	Уметь передвигаться на лыжах.	Текущий	11.01
49	Лыжная	Передвижение на	1	Совершенствов	Инструктаж по ТБ	Уметь	Текущий	13.01

	подготовка Л/П	лыжах		ание ЗУН	Правила переноски лыж. Совершенствование техники лыжных ходов на дистанции 1 км, передвижение по учебному кругу.	передвигаться на лыжах.		
50	Подвижные игры П/И	Игры на улице	1		Инструктаж по ТБ	Уметь выполнять упражнения в движении		14.01
51	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	1	Совершенствов ание ЗУН	Инструктаж по ТБ Передвижение по учебному кругу, совершенствование техники попеременного двухшажного хода. П/И «Кто дальше». Спуск с пологого склона.	Уметь передвигаться на лыжах.	Текущий	18.01
52	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	1	Совершенствов ание ЗУН	Инструктаж по ТБ Одновременный ход и его разновидности. Совершенствование техники одновременного хода на дистанции по пересечённой местности. Преодоление пологих подъёмов «ёлочкой».	Уметь передвигаться на лыжах.	Текущий	20.01
53	Подвижные игры П/И	Игры на лыжах	1		Инструктаж по ТБ Игры на внимание и координацию	Уметь выполнять упражнения в движении		21.01
54	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Оказание помощи при травмах. Прохождение дистанции 1.5 км с ускорениями на равнинных участках.	Уметь передвигаться на лыжах.	Текущий	25.01
55	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	1	Совершенствов ание ЗУН	Инструктаж по ТБ Подвижные игры на лыжах, эстафеты с	Уметь передвигаться на лыжах.	Текущий	27.01

					элементами преодоления спусков и подъёмов. Закрепление техники преодоления склонов.			
56	Подвижные игры П/И	Эстафеты и игры на лыжах	1		Игры на лыжах и санках Инструктаж по ТБ	Уметь выполнять упражнения в движении		28.01
57	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Совершенствование техники изученных ходов. Основы горнолыжной подготовки: торможение на склоне, повороты, проезд через «коридор».	Уметь передвигаться на лыжах по склону	Текущий	01.02
58	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	1	Совершенствование ЗУН	Инструктаж по ТБ Преодоление дистанции 1.5 км по пересечённой местности со средней скоростью без учёта времени. Подъём по склону «лесенкой и ёлочкой».	Уметь передвигаться на лыжах.	Текущий	03.02
59	Подвижные игры П/И	Игры на санках и на лыжах	1		Игры на лыжах и санках Инструктаж по ТБ	Уметь выполнять упражнения в движении		04.02
60	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ История возникновения ОД и лыжного спорта на ОИ. Преодоление дистанции 1 км . П/И «с горки на горку», эстафеты на лыжах.	Уметь передвигаться на лыжах.	Текущий	08.02
61	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Контроль выполнения спуска по склону, поворотов, торможения. Передвижение по дистанции 1км, чередуя	Уметь передвигаться на лыжах по склону	Текущий	10.02

					различные виды хода.			
62	Подвижные игры П/И	Игры на лыжах	1		Игры на лыжах и санках Инструктаж по ТБ	Уметь выполнять упражнения в движении		11.02
63	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	1	Совершенствование ЗУН	Инструктаж по ТБ Правила лыжных соревнований. Прохождение дистанции 2км в равномерном темпе. Спуск со склонов.	Уметь передвигаться на лыжах по склону	Текущий	15.02
64	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	1	Совершенствование ЗУН	Инструктаж по ТБ Преодоление дистанции с выполнением заданий в соответствии с рельефом местности. ПИ «снежный биатлон»	Уметь передвигаться на лыжах по склону	Текущий	17.02
65	Подвижные игры П/И	Игры на свежем воздухе	1		Игры на лыжах и санках Инструктаж по ТБ	Уметь выполнять упражнения в движении		18.02
66	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Совершенствование техники спуска по склону, выполнение поворотов на склоне, торможение «плугом». Выполнение падения набок.	Уметь передвигаться на лыжах по склону	Текущий	19.02
67	Лыжная подготовка Л/П	Передвижение на лыжах	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Передвижение по пологому склону, преодоление подъёмов «лесенкой» и «ёлочкой». Спуск по склону через ворота с изменением направления движения.	Уметь передвигаться на лыжах по склону	Текущий	24.02
68	Подвижные игры П/И	Игры на горке	1		Игры на лыжах и санках Инструктаж по ТБ	Уметь выполнять упражнения в		25.02

						движении		
69	Общая физическая подготовка ОФП	Упражнения на шведской стенке	1		Инструктаж по ТБ Выполнение заданий.	Уметь выполнять упражнения с обручами		01.03
70	Общая физическая подготовка ОФП	Броски на точность. Челночный бег.	1		Инструктаж по ТБ Выполнение заданий.	Уметь выполнять упражнения с обручами	Текущий	03.03
71	Подвижные игры П/И	Веселые старты	1		Игры на лыжах и санках Инструктаж по ТБ	Уметь выполнять упражнения в движении	Текущий	04.03
72	Общая физическая подготовка ОФП	Упражнения на силовую выносливость	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Выполнение заданий.	Уметь выполнять упражнения с обручами	Текущий	10.03
73	Общая физическая подготовка ОФП	Упражнения на координацию	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Выполнение заданий.	Уметь выполнять упражнения с обручами	Текущий	11.03
74	Подвижные игры П/И	Игры малой подвижности	1	Комплексный	Игры на лыжах и санках Инструктаж по ТБ	Уметь выполнять упражнения в движении	Текущий	15.03
75	Общая физическая подготовка ОФП	Упражнения на развитие быстроты	1	Контрольный	Инструктаж по ТБ Развивать быстроту.	Уметь выполнять упражнения с обручами		17.03
76	Общая физическая подготовка ОФП	Упражнения на гибкость Подведение итогов 3 четверти	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Выполнение заданий.	Уметь выполнять упражнения с обручами	Текущий	18.03

4 четверть - 26 часов

Баскетбол (Б) - 6 часов

Футбол (Ф) - 3 часа

Легкая атлетика (Л/А) - 9 часов

Подвижные игры (П/И) - 6 часов

Пионербол (П) - 1 час

77	Баскетбол Б	Баскетбол	1	Изучение нового материала	Правила ТБ при игре в баскетбол.	Уметь выполнять ведение и передачу мяча двумя руками от груди.	Текущий	29.03
78	Баскетбол Б	Баскетбол	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте. Остановка прыжком. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте в парах.	Уметь выполнять ведение и передачу мяча двумя руками от груди.	Текущий	31.03
79	Подвижные игры П/И		1	Игры - догонялки	Инструктаж по ТБ Выполнение заданий.	Уметь выполнять упражнения в движении		01.04
80	Баскетбол Б	Баскетбол	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Бросок двумя руками от головы . Развитие координационных качеств.	Уметь выполнять ведение и передачу мяча двумя руками от груди в тройках.	Оценка техники стойки и передвиж ения игрока	05.04
81	Баскетбол Б	Баскетбол	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств	Уметь играть в баскетбол по упрощённым правилам,	Оценка техники ведения мяча	07.04
82	Пионербол П	Игра в пионербол	1		Инструктаж по ТБ Выполнение заданий.	Знать и уметь судить		08.04
83	Баскетбол Б	Баскетбол	1	Изучение нового материала	Инструктаж по ТБ Терминология баскетбола.	Уметь играть в баскетбол по упрощённым правилам, выполнять	Текущий	12.04
84	Баскетбол Б	Баскетбол	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока.	Уметь играть в баскетбол по упрощённым правилам,	Оценка техники броска снизу в	14.04

						выполнять технические действия	движении	
85	Футбол Ф	Мини-футбол	1	Изучение нового материала	Инструктаж по ТБ Меры ТБ на занятиях мини-футболом. Правила игры. Расстановка игроков. Ввод мяча в игру. Передача мяча в парах. Движение с мячом. Тактика игры в мини-футбол.	Знать меры ТБ. Уметь двигаться с мячом и делать передачу.	Текущий	15.04
86	Футбол Ф	Футбол	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Правила игры в мини- футбол. Передвижение с мячом, способы обвода препятствий. Выполнение передачи мяча партнёру. Правила выполнения штрафных ударов. Игра по упрощённым правилам	Уметь двигаться с мячом и делать передачу.	Текущий	19.04
87	Футбол Ф	Футбол	1	Комплексный	Инструктаж по ТБ Правила игры в мини- футбол. Передвижение с мячом, способы обвода препятствий. Выполнение передачи мяча партнёру. Правила выполнения штрафных ударов. Игра по упрощённым правилам	Уметь двигаться с мячом и делать передачу.	Текущий	21.04
88	Подвижные игры П/И	Игры - поединки	1		Инструктаж по ТБ Выполнение заданий.	Уметь выполнять упражнения в движении		22.04
89	Легкая атлетика Л/А	Спринтерский бег, эстафетный бег	1	Изучение нового материала	Инструктаж по ТБ специальные беговые и прыжковые упражнения, развитие скоростных качеств. Инструктаж по ТБ	Уметь пробежать с максимальной скоростью 60м с низкого старта	Текущий	26.04

90	Легкая атлетика Л/А	бег с ускорением 40-50м	1	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Низкий старт до 10-15м, бег с ускорением 40-50м, специальные беговые и прыжковые упражнения, развитие скоростных качеств	Уметь пробегать с максимальной скоростью 60м с низкого старта	Текущий	28.04
91	Подвижные игры П/И	Эстафеты и игры в зале	1		Инструктаж по ТБ Выполнение заданий.	Уметь выполнять упражнения в движении		29.04
92	Легкая атлетика Л/А	Бег на средние дистанции	1	Контрольный	Инструктаж по ТБ Бег 60 м с низкого старта. Специальные беговые, прыжковые упражнения.	Уметь пробегать с максимальной скоростью 60м с низкого старта	Бег 60 м на результат	05.05
93	Легкая атлетика Л/А	Спринтерский бег, барьерный бег	1	Изучение нового материала	Инструктаж по ТБ Барьерный бег Специальные беговые, прыжковые упражнения. Влияние легкоатлетических упражнений на различные системы организма	Уметь преодолевать препятствия.	Текущий	06.05
94	Подвижные игры П/И	Игры на пространственную ориентацию	1		Инструктаж по ТБ Выполнение заданий.	Уметь выполнять упражнения в движении		12.05
95	Легкая атлетика Л/А	Развитие выносливости в беге на длинные дистанции.	1	Изучение нового материала. Совершенствование ЗУН	Инструктаж по ТБ Равномерный бег до 1 км.	Уметь бегать в равномерном темпе до 10 мин.	Текущий	13.05
96	Легкая атлетика Л/А	Метание малого мяча	1	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Метание малого мяча.	Уметь вкладывать массу тела в бросок мяча.	Текущий	17.05

97	Подвижные игры П/И	Игры с обручем и скакалкой	1		Инструктаж по ТБ Выполнение заданий.	Уметь выполнять упражнения в движении		19.05
98	Легкая атлетика Л/А	Прыжки в длину с разбега	1	Контрольный Совершенствование	Инструктаж по ТБ Выполнять правильно движения	Уметь бегать на длинные дистанции		20.05
99	Легкая атлетика Л/А	Кроссовая подготовка	1	Совершенствование	Инструктаж по ТБ Выполнение заданий.	Уметь бегать на длинные дистанции	Текущий	24.05
100	Подвижные игры П/И	Игры с бегом и прыжками	1		Инструктаж по ТБ Выполнение заданий.	Уметь выполнять упражнения в движении		26.05
101	Легкая атлетика Л/А	Бег эстафетный с передачей палочки	1	Контрольный. Совершенствование	Инструктаж по ТБ Беговые и прыжковые упражнения.	Уметь распределять силы на дистанцию		27.05
102		подведение итогов года	1					

Распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре в 6А классах по четвертям

темы	по раб. программе	Проведено часов				
		I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	год
		по прогр.	по прогр.	по прогр.	по прогр.	по прогр.
1. Основы знаний о физической культуре		На каждом уроке				
2. Гимнастика с элементами акробатики	14	-	14	-	-	14
3. Легкая атлетика	17	8	-	-	9	17
4. Лыжная подготовка	14	-	-	14	-	14
5. Спортивная игра баскетбол	10	4	-	-	6	10
6. Спортивная игра пионербол	3	1	1	-	1	3
7. Спортивная игра волейбол	6	-	6	-	-	6
8. Спортивная игра футбол	5	2	-	-	3	5
9. Подвижные игры	21	6	-	9	6	21

10. Общая физическая подготовка	11	5	-	6	-	11
Итоговый урок	1	-	-	-	1	1
ВСЕГО ЧАСОВ	102	26	21	29	26	102