

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Календарно-тематическое планирование учебного предмета «Физическая культура» разработано в соответствии с :

Положением о рабочей программе учебных предметов и курсов внеурочной деятельности утвержденного приказом директора МБОУ «Средняя школа № 15 от 15.11.15 г. № 91 ,

Рабочей программой по физической культуре для 5-9 классов, утвержденной приказом директором МБОУ «Средняя школа № 15 от 22.от. 2015 г. № 147.

Авторской программой под редакцией В.И.Ляха, А.А.Зданевича (М., 2016г).

Место предмета «Физическая культура» в учебном плане

На освоение учебного предмета физическая культура в 6 классе выделено 2 часа в неделю из обязательной части учебного плана, реализуемой участниками образовательных отношений. Календарно-учебным графиком МБОУ «Средняя школа № 15» на 2018-2019 учебный год установлено 170 учебных дней, программа рассчитана на 68 часов в год.

Срок реализации учебной программы - 1 год.

Особенности преподавания учебного предмета в данном классе

В 6 классе обучается 14 человек. Учащиеся имеют разные уровни подготовки, о чем свидетельствуют результаты качества знаний по предмету за предшествующий учебный год. Большая часть класса мотивирована к обучению и имеет высокий уровень обученности. Среди этой группы учащихся есть дети, которые не отличаются высоким уровнем самостоятельности в учебной деятельности, более успешны в работе по образцу. Для них предусмотрены задания, которые предполагают поддержку инициатив во всех видах деятельности, поддержание уверенности в себе, формирование учебной самостоятельности.

Календарно-тематическое планирование 6 класс

№ п/п	Дата проведения		Наименование раздела, темы программы Тема урока	Количество о часов
	План	Факт		
1	03.09		Высокий старт(15–30 м), бег по дистанции (40–50 м); специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств. Инструктаж по ТБ. Терминология спринтерского бега	1
2	04.09		Высокий старт (15–30 м). Бег по дистанции (40–50 м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты линейные. Развитие скоростных качеств. Измерение результатов.	1

3	10.09		Высокий старт (15–30 м). Финиширование. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты линейные, передача палочки.. Развитие скоростных качеств. Старты из различных положений	1
4	11.09		Высокий старт (15–30 м). Финиширование. Бег (3х50) Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств. Старты из различных положений	1
5	17.09		Бег (60м) на результат. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств. Правила соревнований в спринтерском беге	1
6	28.09		Прыжок в длину с 7–9 шагов. Подбор разбега. Метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1 х 1) с 8–10 м. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Терминология прыжков в длину	1
7	24.09		Прыжок в длину с 7–9 шагов. Приземление. Метание теннисного мяча на заданное расстояние. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Терминология метания	1
8	25.09		Прыжок в длину с 7–9 шагов. Метание теннисного мяча на заданное расстояние. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований в прыжках	1
9	01.10		Прыжок в длину с 7–9 шагов. Метание теннисного мяча на дальность. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований в метании	1
10	02.10		Бег (2000 м). Развитие выносливости	1
11	08.10		Бег (2000 м). Развитие выносливости	1
12	09.10		Техника безопасности на уроках гимнастики. Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. Подъем переворотом в упор. ОРУ на месте без предметов. Сед «ноги врозь» (мальчики). Вис лежа. Вис присев (девочки). Эстафеты. Развитие силовых способностей	1
13	15.10		Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. Подъем переворотом в упор (мальчики). Вис лежа. Вис присев (девочки). Эстафеты. ОРУ на месте без предметов. Развитие силовых способностей.	1
14	16.10		Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. ОРУ с гимнастической палкой.. Подъем переворотом в упор (мальчики). Вис лежа. Вис присев (девочки). Эстафеты. Развитие силовых способностей	1
15	22.10			1
16	23.10		Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. ОРУ на месте без предметов. Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь (мальчики). Вис лежа. Вис присев (девочки). ОРУ с гимнастической палкой.. Эстафеты. Развитие силовых способностей	1
17	06.11		Выполнение на технику. Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь (мальчики). Вис лежа. Вис	1

			присев (девочки). Выполнение подтягивания в висе. Развитие силовых способностей	
18	12.11		Прыжок ноги врозь (<i>козел в ширину, высота 100-110 см</i>). ОРУ в движении. Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. ОРУ без предметов Развитие скоростно-силовых способностей.	1
19	13.11		Прыжок ноги врозь (<i>козел в ширину, высота 100-110 см</i>). Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. ОРУ без предметов Развитие скоростно-силовых способностей.	1
20	19.11		Прыжок ноги врозь (<i>козел в ширину, высота 100-110 см</i>). Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. ОРУ с обручем. Развитие скоростно-силовых способностей.	1
21	20.11		Прыжок ноги врозь (<i>козел в ширину, высота 100-110 см</i>). ОРУ в движении. Эстафеты. Выполнение комплекса упражнений с обручем. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей.	1
22	26.11		Прыжок ноги врозь (<i>козел в ширину, высота 100-110 см</i>). Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. ОРУ с обручем. Развитие скоростно-силовых способностей.	1
23	27.11		Выполнение прыжка ноги врозь (на оценку). Выполнение комплекса ОРУ с обручем (5-6 упр). Развитие скоростно-силовых способностей.	1
24	03.12		Кувырки вперед, назад, стойка на лопатках – выполнение комбинации. Два кувырка вперед слитно. ОРУ с мячом. Развитие координационных способностей	1
25	04.12		Два кувырка вперед слитно. «Мост» из положения стоя (с помощью). ОРУ с мячом. Лазание по канату в три приема. Развитие координационных способностей	1
26	10.12		Два кувырка вперед слитно. «Мост» из положения стоя (с помощью). ОРУ с мячом. Лазание по канату в три приема. Развитие координационных способностей	1
27	11.12		Два кувырка вперед слитно. «Мост» из положения стоя (с помощью). Комбинация из разученных приемов. ОРУ с мячом. Лазание по канату в три приема. Развитие координационных способностей	1
28	17.12		Выполнение комбинации из разученных элементов. Выполнение комбинации ОРУ с мячом. Лазание по канату в два приема. Развитие координационных способностей	1
29	18.12		Выполнение двух кувырков вперед слитно. ОРУ с предметами Лазание по канату в три приема на расстояние. Развитие координационных способностей	1
30	24.12		Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в высокой стойке на месте. Передача мяча двумя руками от груди в движении. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Игра в мини-баскетбол Развитие координационных способностей. Правила игры в баскетбол	1
31	25.12		Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в средней стойке на месте. Остановка двумя шагами. Передача мяча двумя руками от груди в движении. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Игра в мини-баскетбол Развитие координационных способностей. Правила игры в баскетбол	1
32	14.01			1

33	15.01		Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в высокой стойке. Остановка двумя шагами. Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Игра в мини-баскетбол Развитие координационных способностей. Правила игры в баскетбол	1
34	21.01		Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в низкой стойке. Остановка двумя шагами. Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Игра в мини-баскетбол Развитие координационных способностей. Правила игры в баскетбол	1
35	22.01		Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в низкой стойке. Остановка двумя шагами. Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Игра в мини-баскетбол Развитие координационных способностей. Правила игры в баскетбол	1
36	23.01		Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока.. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча одной рукой от плеча в движении.. Игра (2х2, 3х3). Развитие координационных способностей. Терминология баскетбола	1
37	28.01			1
38	29.01		Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока.. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча двумя руками от груди в парах с пассивным сопротивлением. Игра (2х2, 3х3). Развитие координационных способностей. Терминология баскетбола	1
39	04.02		Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока.. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча двумя руками от груди в парах с пассивным сопротивлением. Игра (2х2, 3х3). Развитие координационных способностей. Терминология баскетбола	1
40	05.02		Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча одной рукой от плеча в парах на месте и в движении. Игра (2х2, 3х3). Развитие координационных способностей.	1
41	11.02			1
42	12.02			1
43	18.02		Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения мяча. Передача мяча двумя руками от головы в парах на месте и в движении. Игра (2х2, 3х3). Развитие координационных способностей.	1
44	19.02		Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления . Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения мяча. Передача мяча двумя руками от головы в парах на месте и в движении. Сочетание приемов ведения, остановки, броска. Игра (2х2, 3х3). Развитие координационных способностей.	1
45	25.02		Стойки и передвижение игрока. Передача мяч сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Игра по упрощенным правилам. Техника безопасности	1
46	26.02		Стойки и передвижение игрока. Передача мяч сверху двумя руками в парах через зону и над собой.	1

			Прием мяча снизу двумя руками в парах через зону. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам. Физическая культура и ее значение в формировании здорового образа жизни.	1
47	04.03			
48	05.03		Стойки и передвижение игрока. Передача мяч сверху двумя руками в парах в одной зоне и через зону, над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах через зону. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам.	1
49	11.03			1
50	12.03		Стойки и передвижение игрока. Передача мяч сверху двумя руками в парах и тройках через зону, через сетку. Прием мяча снизу двумя руками в парах через зону и через сетку. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам.	1
51	18.03			1
			Стойки и передвижение игрока. Передача мяч сверху двумя руками в парах, тройках через зону и в зоне, через сетку. Прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через зону. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам.	1
52	19.03			1
53	01.04		Стойки и передвижение игрока. Передача мяч сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками в парах через зону. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам.	1
				1
54	02.04			1
55	08.04		Стойки и передвижение игрока. Передача мяч сверху двумя руками в парах в зоне и через зону. Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Комбинации из разученных элементов в парах. Нижняя прямая подача мяча в заданную зону. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	1
56	09.04			1
57	15.04			1
58	16.04		Комбинация из разученных элементов передвижений (<i>перемещения в стойке, остановки, ускорения</i>). Передача мяч сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов в парах. Нижняя прямая подача мяча в заданную зону. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	1

59	22.04			1
			Равномерный бег (19 мин). Бег по пересеченной местности. Преодоление препятствий. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости	
60	23.04			1
61	29.04		Бег (2000 м). Развитие выносливости	1
62	30.04		Высокий старт (15–30 м). Стартовый разгон, бег по дистанции (40–50 м), Специальные беговые упражнения. ОРУ. Встречные эстафеты. Развитие скоростных качеств. Инструктаж по ТБ. Определение результатов в спринтерском беге	1
63- 64	07.05- 06.05-		Высокий старт (15–30 м). Бег по дистанции (40–50 м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Встречные эстафеты. Развитие скоростных качеств. Старты из различных положений.	2
65- 66	13.05- 14.05		Высокий старт (15–30 м). Финиширование. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств.	2
67- 68	20.05- 21.05		Бег (60м) на результат. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств.	2
69	27.05		Прыжок в высоту с 7–9 шагов разбега способом «перешагивание». Подбор разбега и отталкивание. Метание теннисного мяча с 3–5 шагов на заданное расстояние. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований по прыжкам в высоту.	1
70	28.05		Прыжок в высоту с 7–9 шагов разбега способом «перешагивание». Приземление. Метание теннисного мяча с 3–5 шагов на дальность. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	1