

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя
общеобразовательная школа № 61 имени Ильгизара Александровича Касакина»
МБОУ «СОШ №61»

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «СОШ № 61»




Т. А. Буонова

ПРИНЯТА педагогическим советом
Протокол № 1
от « 16 » августа 2019 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР

 Н. Н. Ивахова

РАССМОТРЕНА на заседании методического
объединения учителей естественного цикла
Протокол № 1
от « 16 » августа 2019 г.
 О. П. Прокудина

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
(приложение к рабочей программе учебного предмета «Физическая культура »)
6 КЛАСС

Составитель:
учитель физической культуры
Салагина И.А.
Павловичева Н.В.

Новокузнецк, 2019

Календарно-тематическое планирование уроков 6 класс

№ п/п	Тема раздела, урока	Дата проведения	Примечание
1. Легкая атлетика (11 часов)			
1/1	ТБ на занятиях легкой атлетикой. Высокий старт, стартовый разгон.		
2/2	Старт с опорой на одну руку. Дистанция 30м.		
3/3	Прыжок в длину с разбега. Дистанция 30м на время.		
4/4	Бег по дистанции, финишное ускорение. Челночный бег.		
5/5	Дистанция 60м. Метание мяча.		
6/6	Дистанция 1000м. Метания мяча в цель.		
7/7	Прыжок в длину: подбор разбега, отталкивание.		
8/8	Прыжок в длину: приземление. Метания мяча.		
9/9	Прыжок в длину. Метания мяча.		
10/10	Дистанция 1500м на время.		
11/11	Дистанция 2000м без учета времени.		
2. Спортивные игры (баскетбол - 20 часов)			
12/1	ТБ на занятиях сп/играми. Б/бол. Стойки игрока, перемещения в стойке.		
13/2	Остановка прыжком и в два шага. Ловля и передача мяча.		
14/3	Передачи мяча двумя руками от груди на месте и в движении.		
15/4	Передачи мяча одной рукой от плеча на месте и в движении.		
16/5	Ведение мяча в высокой, средней и низкой стойках.		
17/6	Ведение мяча ведущей и неведущей рукой.		
18/7	Ведение с изменением направления движения.		
19/8	Ведение с изменением скорости движения.		
20/9	Ведение мяча. Вырывание и выбивание мяча.		
21/10	Бросок одной и двумя руками с места.		
22/11	Бросок одной и двумя руками после ведения.		

23/12	Бросок по кольцу в движении.		
24/13	Бросок по кольцу с места и в движении.		
25/14	Передачи в парах в движении с броском по кольцу.		
26/15	Тактика свободного нападения.		
27/16	Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций.		
28/17	Нападение быстрым прорывом (1:0)		
29/18	Взаимодействие игроков 2:1, 3:1.		
30/19	Взаимодействие игроков 3:2, 3:3.		
31/20	Игра в баскетбол на одной стороне площадки		
3. Гимнастика (18 часов)			
32/1	ТБ на занятиях гимнастикой. Акробатика: кувырок вперед и назад, стойка на лопатках.		
33/2	Акробатика: комбинации кувырков вперед слитно. Лазание по гимнастической лестнице.		
34/3	Акробатика: кувырок вперед и назад слитно. Упражнения в простых упорах.		
35/4	Акробатика: элемент «мост» из положения стоя с помощью. Упражнения в простых висах.		
36/5	Элементы равновесия. Упражнения в висах и упорах.		
37/6	Комбинации акробатических элементов. Упражнения в равновесии.		
38/7	Лазание по канату в 2 приема. Упражнения на гимнастическом бревне.		
39/8	Лазание по канату. Элементы равновесия.		
40/9	Лазания по канату в 2 приема. Упражнения в равновесии.		
41/10	Лазание по канату в 3 приема. Прыжки в глубину.		
42/11	Лазание по канату. Упражнения с гимнастической скакалкой.		
43/12	Опорный прыжок: вскок в упор присев. Прыжки в глубину.		
44/13	Опорный прыжок: вскок в упор присев, соскок прогнувшись. Упражнения в висах.		
45/14	Опорный прыжок ноги врозь. Упражнения с гимнастической скакалкой.		
46/15	Опорный прыжок ноги врозь. Упражнения с гимнастическим обручем.		
47/16	Опорный прыжок через гимнастического козла. Упражнения с гимнастическим обручем.		
48/17	Прыжки через гимнастическую скакалку.		
49/18	Подтягивание из висе (м), вися лежа (д).		

4. Лыжная подготовка (18 часов)			
50/1	ТБ на уроках лыжной подготовки. Строевые приемы на месте.		
51/2	Скользкий шаг без палок. Повороты на месте.		
52/3	Скользкий шаг без палок и с палками. Строевые приемы на месте.		
53/4	Попеременный двухшажный ход. Повороты на месте.		
54/5	Попеременный двухшажный ход. Спуск в высокой стойке.		
55/6	Одновременный бесшажный ход. Спуск в средней стойке		
56/7	Одновременный одношажный ход. Подъем «лесенкой».		
57/8	Одновременный одношажный ход. Подъем «елочкой».		
58/9	Одновременный двухшажный ход. Спуски и подъемы.		
59/10	Одновременный двухшажный ход. Поворот «плугом».		
60/11	Одновременные одношажный и двухшажный ходы. Торможение «плугом».		
61/12	Одновременные ходы. Торможение «упором».		
62/13	Дистанция 1000м. Спуски с гор.		
63/14	Попеременные и одновременные ходы. Спуски и подъемы.		
64/15	Дистанция 2000м. Спуски и подъемы.		
65/16	Попеременные и одновременные ходы. Спуски в различных стойках.		
66/17	Дистанция 3500м без учета времени.		
67/18	Преодоление подъемов и препятствий. Спуски в различных стойках.		
5. Спортивные игры (волейбол 18 час)			
68/1	ТБ на занятия спортивными играми. В/бол. Стойки и передвижения игрока.		
69/2	Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой.		
70/3	Передача мяча сверху двумя руками, прием мяча снизу в парах и тройках.		
71/4	Передача мяча сверху двумя руками в парах и тройках в зоне, через зону.		
72/5	Прием мяча снизу двумя руками в парах и тройках в зоне и через зону.		
73/6	Передача мяча при встречном перемещении.		
74/7	Прием мяча сверху двумя руками в парах, в тройках через сетку.		
75/8	Передача мяча в парах через сетку на месте.		

76/9	Передача мяча в парах через сетку на месте и после перемещения.		
77/10	Нижняя прямая подача, прием с подачи.		
78/11	Нижняя прямая подача в заданную зону. Прямой нападающий удар.		
79/12	Верхняя прямая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.		
80/13	Верхняя прямая подача. Прямой нападающий удар.		
81/14	Верхняя, нижняя подача мяча. Прямой нападающий удар.		
82/15	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.		
83/16	Тактика свободного нападения.		
84/17	Позиционное нападение без изменения позиций.		
85/18	Позиционное нападение с изменением позиции.		
6. Спортивные игры (футбол - 8 часов)			
86/1	Стойка игрока, перемещения в стойке. Ведение мяча с изменением направления и скорости движения.		
87/2	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.		
88/3	Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы.		
89/4	Удар по неподвижному и катящемуся мячу средней частью подъема.		
90/5	Удар по воротам на точность попадания в цель.		
91/6	Удар по воротам. Игра вратаря.		
92/7	Взаимодействие игроков 2:1, 3:1. Выбивание мяча.		
93/8	Взаимодействие игроков 3:2, 3:3.		
7. Легкая атлетика (12 часов)			
94/1	ТБ на занятиях л/ атлетики. Прыжок в высоту способом «перешагивание»: подбор разбега, отталкивание.		
95/2	Прыжок в высоту способом «перешагивание»: отталкивание, переход планки.		
96/3	Прыжок в высоту способом «перешагивание»: приземление.		
97/4	Прыжок в высоту. Высокий старт, стартовый разгон.		
98/5	Высокий старт, бег по дистанции. Метание мяча на заданное расстояние.		
99/6	Высокий старт, финиширование. Метание мяча в вертикальную цель.		
100/7	Дистанция 60м. метание в горизонтальную цель.		
101/8	Дистанция 1000м. Метание на дальность.		

102/9	Дистанция 1500 м на время.		
103/10	Дистанция 2000 м без учета времени.		
104/11	6-ти минутный бег.		
105/12	Встречная эстафета.		

Продумовано 20 _____ з
« _____ » _____ 20_____
и продумовано _____
Директор школи _____
Будякова Т.А.

