

Согласовано
Заместитель директора по УВР
МОУ «ООШ п. Взлетный»
Шведова Е.В. Шведова

Утверждаю:
Директор МОУ «ООШ п.Взлетный»
Е.С. Саханкая
Приказ от «30» августа 2024 г. № 146



Календарно - тематическое планирование по физической культуре

Класс: 6

Учитель: Амирова Муслима Николаевна

Количество часов всего: 68 часов; в неделю 2 часа

Планирование составлено на основе рабочей программы по учебному предмету «Основы безопасности и защиты Родины», рассмотренной педагогическим советом МОУ «ООШ п. Взлетный», протокол от 30 августа 2024 года №1.

В соответствии с ФГОС основного общего образования и ФОП ООО

Учебник : (В.И Лях, А.А. Зланевич, - М.: просвещение, 2012 г.)

2024-2025 учебный год.

6 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	По факту
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1 триместр						
1	Возрождение Олимпийских игр	1		1	02.09	
2	Символика и ритуалы Олимпийских игр	1		1	05.09	
3	Составление дневника физической культуры	1		1	09.09	
4	Физическая подготовка человека	1		1	12.09	
5	Основные показатели физической нагрузки	1		1	16.09	
6	Составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой	1		1	19.09	
7	Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах	1		1	23.09	
8	Упражнения для коррекции телосложения	1		1	26.09	
9	Упражнения для профилактики нарушения зрения	1		1	30.09	
10	Упражнения для профилактики нарушений осанки	1		1	03.10	
11	Акробатические комбинации	1			07.10	
12	Акробатические комбинации	1			10.10	

13	Опорные прыжки через гимнастического козла	1			14.10	
14	Опорные прыжки через гимнастического козла	1			17.10	
15	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1			21.10	
16	Упражнения на невысокой гимнастической перекладине	1			24.10	
17	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики; наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1			07.11	
18	Лазание по канату в три приема	1			11.11	
19	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см; поднимание туловища из положения лежа на спине.	1			14.11	
20	Упражнения ритмической гимнастики	1			18.11	
21	Старт с опорой на одну руку с последующим ускорением	1			21.11	
22	Спринтерский бег	1			25.11	
23	Правила и техника выполнения нормативов комплекса	1			28.11	

	ГТО: бег на 30 м и 60 м.					
2 триместр						
24	Гладкий равномерный бег	1		1	02.12	
25	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: бег на 1000 м и 1500 м	1		1	05.12	
26	Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	1		1	09.12	
27	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1		1	12.12	
28	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: челночный бег 3x10 м	1		1	16.12	
29	Метание малого мяча по движущейся мишени	1		1	19.12	
30	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: метание мяча весом 150 г	1		1	23.12	
31	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: кросс на 2 км и 3 км	1		1	26.12	
32	Повторение техники передвижения на лыжах попеременным	1		1	09.01	

	двухшажным ходом					
33	Передвижение одновременным одношажным ходом	1		1	13.01	
34	Передвижение одновременным одношажным ходом	1		1	16.01	
35	Техника спусков с пологого склона в низкой стойке	1		1	20.01	
36	Техника подъема на склон способом «лесенка» и торможения «плугом»	1		1	23.01	
37	Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона	1		1	27.01	
38	Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона	1		1	30.01	
39	Передвижения по учебной дистанции изученными ходами	1		1	03.02	
40	Передвижения по учебной дистанции изученными ходами	1		1	06.02	
41	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: бег на лыжах 1 км и 2 км	1		1	10.02	
42	Передвижение в стойке баскетболиста	1		1	13.02	
43	Прыжки вверх толчком одной ногой	1		1	17.02	
44	Остановка двумя шагами и прыжком	1		1	20.02	
45	Упражнения в ведении	1		1	24.02	

	мяча					
46	Упражнения в ведении мяча	1		1	27.02	
3 триместр						
47	Упражнения на передачу и броски мяча	1		1	03.03	
48	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1		1	06.03	
49	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1		1	10.03	
50	Приём мяча двумя руками снизу и передача в разные зоны площадки	1		1	13.03	
51	Приём мяча двумя руками сверху и передача в разные зоны площадки	1		1	17.03	
52	Игровая деятельность с использованием технических приёмов в подаче мяча	1		1	20.03	
53	Игровая деятельность с использованием технических приёмов в подаче мяча	1		1	31.03	
54	Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху	1		1	03.04	
55	Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху	1		1	07.04	
56	Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча снизу и	1		1	10.04	

	сверху					
57	Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча снизу и сверху	1		1	14.04	
58	Удар по катящемуся мячу с разбега	1		1	17.04	
59	Удар по катящемуся мячу с разбега	1		1	21.04	
60	Игровая деятельность с использованием технических приёмов остановки мяча	1		1	24.04	
61	Игровая деятельность с использованием технических приёмов остановки мяча	1		1	28.04	
62	Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча	1		1	05.05	
63	Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча	1		1	08.05	
64	Игровая деятельность с использованием технических приёмов ведения мяча	1		1	12.05	
65	Игровая деятельность с использованием технических приёмов обводки	1		1	15.05	
66	Правила выполнения спортивных нормативов 3-4 ступени. Правила ТБ	1		1	19.05	
67	Фестиваль ГТО «Всем классом сдадим ГТО» (сдача норм ГТО с	1		1	22.05	

	соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3-4 степени)					
68	Фестиваль ГТО «Всемирным классом сдадим ГТО» (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3-4 степени)	1		1	26.05	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	68		

