

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Мазанская школа»
Симферопольского района Республики Крым
ул. Школьная, 5А, с. Мазанка, Симферопольский район, Республика Крым, 97530,
тел. (0652) 34-72-36, e-mail mazanka_school@mail.ru ОГРН 1159102007130

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
Протокол № 4
« 30 » 08 2019 г.
руководитель МО:
А.А. Миргород

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
по УВР
М.В. Акуратова
« 30 » 08 2019г

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ
«Мазанская школа»
И.Ю. Мусинова
Приказ № 381 от « 02 » 09 2019г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебному предмету «Физическая культура»

ФГОС ООО

6 класс

Разработал Пыльников Д.Н.,
учитель физической культуры

с. Мазанка – 2019 год

Рабочая программа по физической культуре для обучающихся 6 классов разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 №1897. Основной образовательной программы ООО МБОУ «Мазанская школа». Примерной программы по физической культуре, с учётом комплексной программы физического воспитания учащихся А. П. Матвеев, учебного плана МБОУ «Мазанская школа» на 2019/2020 учебный год,

Рабочая программа ориентирована на использование учебно- методического комплекта: предметная линия учебников А.П. Матвеев 5–9 классы ФГОС: пособие для учителей общеобразовательных учреждений / А.П. Матвеев. – М.: Просвещение, 2014. Учебники «Физическая культура». 5 класс, 6,7 классы: / А.П. Матвеев. – М.: Просвещение, 2014г.

Срок реализации программы – 1 год. Количество часов в неделю 2 часа, общее количество часов 68.

Планируемые результаты освоение учебного предмета

В этом разделе представлены результаты освоения программного материала по предмету «Физическая культура», которые должны демонстрировать школьники по завершении обучения в 6 классе. Требования к результатам изучения учебного предмета выполняют двоякую функцию. Они, с одной стороны, предназначены для оценки успешности овладения программным содержанием, а с другой стороны, устанавливают минимальное содержание образования, которое в обязательном порядке должно быть освоено каждым ребенком, оканчивающим основную школу.

Результаты освоения программного материала по предмету «Физическая культура» в основной школе оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа «общее — частное — конкретное», и представлены соответственно метапредметными, предметными и личностными результатами.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении учащихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении знаний и формировании умений использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Личностные результаты могут проявляться в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;

- владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности.

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

В области трудовой культуры:

- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
- умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры:

- красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и пере движений;
- хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;
- культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.

В области коммуникативной культуры:

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;

- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

Метапредметные результаты характеризуют сформированность универсальных компетенций, проявляющихся в применении накопленных знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретённые на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные компетенции востребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в реальной повседневной жизнедеятельности учащихся. Метапредметные результаты отражаются прежде всего в универсальных умениях, необходимых каждому учащемуся и каждому современному человеку. Это:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логические рассуждения и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение; формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации. Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
- понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;
- понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения.

В области нравственной культуры:

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

В области трудовой культуры:

- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий;
- рациональное планирование учебной деятельности, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;
- поддержание оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активное использование занятий физической культурой для профилактики психического и физического утомления.

В области эстетической культуры:

- восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья;
- понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью;
- восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

В области коммуникативной культуры:

- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;
- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;
- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.

В области физической культуры:

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения;
- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их

использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой, укреплением здоровья, ведением здорового образа жизни. Предметные результаты отражают:

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;
- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при лёгких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;
- расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность её воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;
- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

Предметные результаты, так же как и метапредметные, проявляются в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;

- знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

В области нравственной культуры:

- способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;
- умение оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области трудовой культуры:

- способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме;
- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;
- способность самостоятельно организовывать и проводить занятия профессионально-прикладной физической подготовкой, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность.

В области эстетической культуры:

- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;
- способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;
- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

В области коммуникативной культуры:

- способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, грамотно пользоваться понятийным аппаратом;
- способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументировано вести диалог по основам их организации и проведения;

- способность осуществлять судейство соревнований по одному из видов спорта, владеть информационными жестами судьи.

В области физической культуры:

- способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;
- способность составлять планы занятий физической культурой с различной педагогической направленностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;
- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

Содержание учебного предмета

Знания о физической культуре. (В процессе проведения уроков)

Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения. Роль Пьера де Кубертена в возрождении Олимпийских игр современности. Цель и задачи олимпийского движения. Идеалы и символика Олимпийских игр и олимпийского движения. Первые олимпийские чемпионы современности. Зарождение олимпийского движения в России. Деятельность А.Д. Бутовского в международном и российском олимпийском движении. Создание Олимпийского комитета в России. Физическая культура (основные понятия). Физическое развитие человека. Здоровье и здоровый образ жизни. Первая помощь при травмах. Физическая культура человека.

Способы физкультурной деятельности. (В процессе проведения уроков)

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой. Подготовка к занятиям физической культурой. Планирование занятий физической культурой. Оценка эффективности занятий физической культурой. Самонаблюдение и самоконтроль. Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью.

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели. Индивидуальные комплексы адаптивной и корригирующей физической культуры.

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью

Гимнастика с основами акробатики. (14 часов)

- Организующие команды и приемы.
- Акробатические упражнения и комбинации.
- Опорные прыжки — опорный прыжок согнув ноги и ноги врозь.
- Упражнения и комбинации на гимнастическом бревне или перевернутой гимнастической скамейке.
- Упражнения на гимнастической перекладине.
- Упражнения на гимнастических брусьях.
- Висы и упоры.
- Лазанье по канату и гимнастической стенке.

Легкая атлетика. (15 часов)

- Беговые и прыжковые упражнения.
- Бег на длинные и короткие дистанции, эстафетный бег.
- Прыжки в длину с места, с разбега, в высоту с разбега.
- Метание малого мяча в вертикальную мишень, на дальность с трех шагов разбега.

Спортивные игры.(21 часов)

- Баскетбол. (7 часов)

Основные приемы. Правила техники безопасности. Игра по правилам.
Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений, ловкости.

- Волейбол. (7 часов)

Основные приемы. Правила техники безопасности. Игра по правилам.
Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений, ловкости.

- Футбол. (7 часов)

Основные приемы. Правила техники безопасности. Игра по правилам.
Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений, ловкости.

Кроссовая подготовка. (18 часов)

Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений.

Общеразвивающие упражнения. (В процессе проведения уроков)

Разминочные и подготовительные упражнения.

Примерное распределение учебных часов по разделам программы

Упражнения общеразвивающей направленности. Общефизическая подготовка *Гимнастика с основами акробатики*. Развитие гибкости, координации движений, силы, силовой выносливости, ловкости, быстроты.

Легкая атлетика. Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений.

Баскетбол. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений, ловкости.

Волейбол. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений, ловкости.

Футбол. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений, ловкости.

Тематическое планирование 6 класс

№ п/п	Разделы программы	Количество часов	
		Авторская	Рабочая
1.	Знания о физической культуре	В процессе проведения уроков	В процессе проведения уроков
2.	Способы физкультурной деятельности	В процессе проведения уроков	В процессе проведения уроков

3.	Физическое совершенствование: физкультурно-оздоровительная деятельность	В процессе проведения уроков	В процессе проведения уроков
4.	Спортивно-оздоровительная деятельность: гимнастика с основами акробатики	14	14
	легкая атлетика	15	15
	спортивные игры (волейбол, баскетбол, футбол)	21	21
	кроссовая подготовка	18	18
	общеразвивающие упражнения	В процессе проведения уроков	В процессе проведения уроков
	Итого	68	68

Календарно-тематический план 6-А класс

№	Дата по плану	Дата по факту	Тема урока
Легкая атлетика (15 часов)			
1	03.09		Инструктаж по ТБ. Легкая атлетика. Организационно-методические требования на уроках физической культуры. Равномерный бег. Развитие выносливости
2	06.09		Равномерный бег. Развитие выносливости

3	10.09		Тестирование бега на 30 м
4	13.09		Тестирование челночного бега 3 x 10 м
5	17.09		Тестирование бега на 60 м
6	20.09		Равномерный бег. Развитие выносливости
7	24.09		Тестирование бега на 1000 м
8	27.09		Тестирование подтягивания на перекладине
9	01.10		Тестирование метания мяча на дальность
10	04.10		Тестирование прыжка в длину с места
11	08.10		Спринтерский бег. Эстафетный бег
12	11.10		Спринтерский бег. Эстафетный бег
13	15.10		Броски малого мяча на точность
14	18.10		Прыжок в высоту способом «перешагивание»
15	22.10		Тестирование. Заключительный урок по теме «Прыжки в высоту способом перешагивание»
Спортивные игры. Футбол (7 часов)			
16	25.10		Инструктаж по ТБ. Футбол. Техника ведения мяча ногами. Инструктаж по ТБ
17	29.10		Техника передач мяча ногами
18	08.11		Техника ударов по катящемуся мячу ногой
19	12.11		Жонглирование мячом ногами
20	15.11		Спортивная игра «Футбол»
21	19.11		Спортивная игра «Футбол»
22	22.11		Спортивная игра «Футбол»
Гимнастика с основами акробатики (14 часов)			
23	26.11		Инструктаж по ТБ. Гимнастика с основами акробатики. Строевые упражнения и акробатические комбинации.
24	29.11		Строевые упражнения и акробатические комбинации
25	03.12		Упражнения на гимнастическом бревне и перекладине
26	06.12		Комбинации на гимнастическом бревне и перекладине
27	10.12		Комбинации на гимнастическом бревне и перекладине
28	13.12		Комбинация на брусьях
29	17.12		Тестирование. Упражнения на брусьях
30	20.12		Техника выполнения опорного прыжка согнув ноги
31	24.12		Опорный прыжок
32	10.01		Инструктаж по ТБ. Опорный прыжок
33	14.01		Контрольный урок по теме «Опорный прыжок»
34	17.01		Вольные упражнения с элементами акробатики соревнования
35	21.01		Ритмическая гимнастика и ОФП
36	24.01		Ритмическая гимнастика и ОФП
Волейбол.(7 часов)			
37	28.01		Инструктаж по ТБ. Волейбол. Передача мяча сверху двумя руками.
38	31.01		Передача мяча сверху двумя руками
39	04.02		Прием мяча снизу, нижняя прямая и боковая подачи
40	07.02		Передачи и приемы мяча после передвижения
41	11.02		Верхняя прямая подача
42	14.02		Тактические действия
43	18.02		Игра по правилам Итоговый урок
Баскетбол (7 часов)			

44	21.02		Инструктаж по ТБ. Баскетбол. Стойка баскетболиста и ведение мяча.
45	03.03		Броски мяча в корзину
46	06.03		Вырывание мяча, передача одной рукой от плеча
47	10.03		Тестирование. Броски мяча в корзину двумя руками в прыжке
48	13.03		Броски мяча в корзину
49	17.03		Тактические действия
50	24.03		Игра по правилам Итоговый урок
Кроссовая подготовка (18часов)			
51	27.03		Инструктаж по ТБ. Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции. Полоса препятствий
52	31.03		Бег на средние дистанции. Полоса препятствий
53	03.04		Бег на средние дистанции. Тестирование прыжка в длину с места
54	07.04		Бег на средние дистанции. Тестирование подтягивания
55	10.04		Тестирование подъема туловища из положения лежа
56	14.04		Бег на средние дистанции. Спортивные игры
57	17.04		Бег на средние дистанции. Развитие выносливости
58	21.04		Тестирование бега на 30 м и
59	24.04		Тестирование бега на 60 м
60	28.04		Тестирование челночного бега 3 x 10 м
61	05.05		Тестирование бега на 1000 м
62	08.05		Тестирование метания мяча на дальность
63	12.05		Тестирование подтягивания на перекладине
64	15.05		Тестирование. Эстафетный бег
65	19.05		Эстафетный бег
66	22.05		Эстафеты. Скоростно-силовая подготовка
67			Эстафеты с элементами спортивных игр
68			Эстафеты с элементами спортивных игр

--	--	--	--

Календарно-тематический план 6-Б класс

№	Дата по плану	Дата по факту	Тема урока
---	---------------	---------------	------------

Легкая атлетика (15 часов)			
1	03.09		Инструктаж по ТБ. Легкая атлетика. Организационно-методические требования на уроках физической культуры. Равномерный бег. Развитие выносливости
2	06.09		Равномерный бег. Развитие выносливости
3	10.09		Тестирование бега на 30 м
4	13.09		Тестирование челночного бега 3 x 10 м
5	17.09		Тестирование бега на 60 м
6	20.09		Равномерный бег. Развитие выносливости
7	24.09		Тестирование бега на 1000 м
8	27.09		Тестирование метания мяча на дальность
9	01.10		Тестирование подтягивания на перекладине
10	04.10		Тестирование прыжка в длину с места
11	08.10		Спринтерский бег. Эстафетный бег
12	11.10		Спринтерский бег. Эстафетный бег
13	15.10		Броски малого мяча на точность
14	18.10		Прыжок в высоту способом «перешагивание»
15	22.10		Тестирование. Заключительный урок по теме «Прыжки в высоту способом перешагивание»
Спортивные игры. Футбол (7 часов)			
16	25.10		Инструктаж по ТБ. Футбол. Техника ведения мяча ногами. Инструктаж по ТБ
17	29.10		Техника передач мяча ногами
18	08.11		Техника ударов по катящемуся мячу ногой
19	12.11		Жонглирование мячом ногами
20	15.11		Спортивная игра «Футбол»
21	19.11		Спортивная игра «Футбол»
22	22.11		Спортивная игра «Футбол»
Гимнастика с основами акробатики (14 часов)			
23	26.11		Инструктаж по ТБ. Гимнастика с основами акробатики. Строевые упражнения и акробатические комбинации.
24	29.11		Строевые упражнения и акробатические комбинации
25	03.12		Упражнения на гимнастическом бревне и перекладине
26	06.12		Комбинации на гимнастическом бревне и перекладине
27	10.12		Комбинации на гимнастическом бревне и перекладине
28	13.12		Комбинация на брусьях
29	17.12		Тестирование. Упражнения на брусьях
30	20.12		Техника выполнения опорного прыжка согнув ноги
31	24.12		Опорный прыжок
32	10.01		Инструктаж по ТБ. Опорный прыжок
33	14.01		Контрольный урок по теме «Опорный прыжок»
34	17.01		Вольные упражнения с элементами акробатики соревнования
35	21.01		Ритмическая гимнастика и ОФП
36	24.01		Ритмическая гимнастика и ОФП
Волейбол.(7 часов)			
37	28.01		Инструктаж по ТБ. Волейбол. Передача мяча сверху двумя руками.
38	31.01		Передача мяча сверху двумя руками
39	04.02		Прием мяча снизу, нижняя прямая и боковая подачи
40	07.02		Передачи и приемы мяча после передвижения

41	11.02		Верхняя прямая подача
42	14.02		Тактические действия
43	18.02		Игра по правилам Итоговый урок
Баскетбол (7 часов)			
44	21.02		Инструктаж по ТБ. Баскетбол. Стойка баскетболиста и ведение мяча.
45	03.03		Броски мяча в корзину
46	06.03		Вырывание мяча, передача одной рукой от плеча
47	10.03		Тестирование. Броски мяча в корзину двумя руками в прыжке
48	13.03		Броски мяча в корзину
49	17.03		Тактические действия
50	24.03		Игра по правилам Итоговый урок
Кроссовая подготовка (18часов)			
51	27.03		Инструктаж по ТБ. Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции. Полоса препятствий
52	31.03		Бег на средние дистанции. Полоса препятствий
53	03.04		Бег на средние дистанции. Тестирование прыжка в длину с места
54	07.04		Бег на средние дистанции. Тестирование подтягивания
55	10.04		Тестирование подъема туловища из положения лежа
56	14.04		Бег на средние дистанции. Спортивные игры
57	17.04		Бег на средние дистанции. Развитие выносливости
58	21.04		Тестирование бега на 30 м и
59	24.04		Тестирование бега на 60 м
60	28.04		Тестирование челночного бега 3 x 10 м
61	05.05		Тестирование бега на 1000 м
62	08.05		Тестирование метания мяча на дальность
63	12.05		Тестирование подтягивания на перекладине
64	15.05		Тестирование. Эстафетный бег
65	19.05		Эстафетный бег
66	22.05		Эстафеты. Скоростно-силовая подготовка
67			Эстафеты с элементами спортивных игр
68			Эстафеты с элементами спортивных игр

Лист коррекции

По предмету физическая культура

Уроки, которые требуют коррекции				Уроки, содержащие коррекцию		Утверждено курирующим зам. директора
Дата класс	№ урока по КТП	Тема урока	Причина коррекции (замена, болезнь учителя, праздничный день, отмена занятий по приказу, перенос урока)	Дата	Форма коррекции (Объединение тем (указать с какой, № урока); домашнее изучение с последующей контрольной работой; перенос урока; замена другим уроком; другое)	

--	--	--	--	--	--	--

Пронумеровано,
прошнуровано и
скреплено подписью
и печатью 45 страниц
Директор школы
И.Ю.Муסיнова
« 17 » 20 г.



