КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

 ПО ПРЕДМЕТУ : физическая культура

 КЛАСС : 6 класс

 Программа : Физическая культура. Рабочие программы по физической культуре 1-11 классы Лях В.И.

 Учебник: Физическая культура: учебники для общеобразовательных учреждений предметная линия М.Я.Виленского,В.И.Ляха5-9классы/ – 2-е изд.Москва. Просвещение, 2015г.

 Количество учебных часов : 6 класс по 3 ч в неделю.(6класс 102ч в год).

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тема. Раздел. | **Кол-во часов** | Примерные сроки освоения |
| Требования и гигиенические правила на занятиях лёгкой атлетикой. | Комбинированный | Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений.  | **Легкая атлетика-18ч** | Сентябрь04.09 |
| Челночный бег | Комбинированный | Бег на короткие дистанции |  | 05.09 |
| Кроссовая подготовка | Обобщение и систем знаний | Бег на длинные дистанции |  | 06.09 |
| Бег 30 м., подвижные игры | Изучение и первичное закрепление | Бег на короткие дистанции |  | 11.09 |
| Бег 60 м., подвижные игры | Повторение | Бег на короткие дистанции |  | 12.09 |
| Сдача учебных нормативов | Обобщение и систем знаний | Бег на длинные дистанции |  | 13.09 |
| Бег на дистанцию 1000м., кроссовая подготовка | Закрепление изучаемого материала | Бег на длинные дистанции |  | 18.009 |
| Сдача учебных нормативов  | Комбинированный | Бег на короткие дистанции 60м. |  | 19.09 |
| Сдача учебных нормативов | Комбинированный | Бег на средние дистанции 500 м. |  | 20.09 |
| Метание теннисного мяча с 3-5 шагов | Изучение и первичное закрепление | Контроль за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью |  | 25.09 |
| Метание теннисного мяча с разбега | Изучение и первичное закрепление | Комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата |  | 26.09 |
| Кроссовая подготовка.  | Изучение и первичное закрепление | Бег на длинные дистанции |  | 27.09 |
| Специально беговые упражнения. | Комбинированный | Бег на короткие дистанции |  | Октябрь02.10 |
| Кроссовая подготовка. Эстафеты. | Комбинированный | Бег на длинные дистанции.Бег на короткие дистанции  | **-** | 03.10 |
| Эстафеты, подвижные игры. | Комбинированный | Бег на короткие дистанции. Игры: «Коршуны и наседка», «Отдай мяч и выйди» |  | 04.10 |
| Эстафеты, подвижные игры. | Комбинированный  | Бег на короткие дистанцииИгры: «Коршуны и наседка», «Третий лишний», «Встречная эстафета» |  | 16.10 |
| Развитие скоростно-силовых качеств. | Обобщение и систем знаний | Комплексы упражнений для развития основных физических качеств |  | 17.10 |
| Развитие скоростно-силовых качеств. | Контроль коррекция З и У | Комплексы упражнений для развития основных физических качеств |  | 18.10 |
| Техника безопасности на занятиях спортивными играми. | Комбинированный | Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений. | **Спортивные игры-15ч** | 23.10 |
| Ведение мяча, передачи.  | Комбинированный | Передвижение игрока, повороты с мячом, ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Передачи мяча на месте с пассивным сопротивлением защитника.  |  | 24.10 |
| Ведение на месте, в движении, поочередное ведение. | Закрепление изучаемого материала | Передвижение игрока, ведение на разной высоте. |  | 25.10 |
| Передачи в парах. Ведение в движении.Остановка двумя шагами, прыжком. Передвижение игрока, повороты с мячом.Бросок двумя от груди, одной от плеча | Комбинированный | Передвижение игрока, повороты с мячом, ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Сочетание приемов передвижений и остановок игрока.. Основы обучения и самообучения двигательным действиям, их роль в развитии памяти, внимания и мышления |  | 30.10 31.10 01.11 06.11 07.11 |
| Подвижные игры с элементами баскетбола. | Комбинированный | Комплексы упражнений для развития координационных способностей |  | Ноябрь 08.11 |
| Ведение мяча. Передачи мяча. Броски двумя руками от груди. Бросок одной рукой от плеча. Ведение, два шага, бросок.Бросок мяча в движении | Комбинированный | Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Бросок мяча в движении двумя руками от груди, одной от плеча |  | 13.11 14.11 15.11 27.11 28.11 29.11 |
| Техника безопасности на уроке гимнастики. | Усвоение нового материала | Правила страховки во время выполнения упражнений | **Гимнастика-15ч** | 04.12 |
| Перекаты в группировки. Кувырок вперед, назад.Стойка на лопатках. ОРУ с предметамиСдача учебных нормативов. | Закрепление изучаемого материала | Выполнение команд «Пол-оборота направо, налево», «полшага», «полный шаг» Кувырок вперед, назад, стойка на лопатках, ОРУ с предметами.  |  | Декабрь 05.12 06.12 11.12 12.12 13.12  |
| Прыжок через козла согнув ноги.Прыжок через козла ноги врозь. Мост из положения лежа.Мост из положения стоя.Акробатическая комбинация.Сдача учебных нормативов.Прыжок через козла способом прогнувшись, Прыжок через козла способом согнув ноги.Акробатическая комбинация.. | Усвоение нового материалаУсвоение нового материалаЗакрепление изучаемого материала | Выполнение команд «Пол-оборота направо, налево», «полшага», «полный шаг». Комплексы упражнений для развития основных физических качеств |  | 18.1219.12 20.12 25.12 26.12 27.12 09.01 10.01 15.12 |
| Техника безопасности на уроках лыжной подготовки. Подбор лыжного инвентаря. | Усвоение нового материала | Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений. | **Лыжная подготовка-30ч** | Январь 16.01 17.01  |
| Скользящий шаг.Одновременные, попеременные ходы.Спуски, торможения.Подъем елочкой, лесенкой, Торможение полу плугом, плугом. Правильное падениеПрохождение дистанции 2 км. Полуконьковый,Коньковый ходОдновременный бесшажный ход | Усвоение нового материалаЗакрепление изученного материала  | Скользящий шаг.Одновременный бесшажный одновременный одношажный ход, попеременный двухшажный ход,скользящий шаг. Полуконьковый ход. Комплексы упражнений для развития основных физических качествОдновременный бесшажный ход |  | 22.01 23.0124.01 29.01 30.01 31.01 05.02 06.02 07.02 |
| Спуски, подъемы. Попеременный двухшажный ход. Повороты, спуски.Одновременный одношажный ход, Прохождение, дистанции 2 км.Преодоление препятствий.Старт, финиш.Коньковый ходПрохождение дистанции 3 км | Комбинированный | Основные способы передвижения на лыжах, стойки при спусках, повороты. |  | Февраль 12.02 13.02 14.02 26.02 27.02 28.02 05.03 06.03 |
| Развитие выносливости. Прохождение дистанции 3 км. | Комбинированный | Комплексы упражнений для развития основных физических качеств  |  | 07.03 |
| Попеременный двухшажный ход.Спуски переступанием.Одновременный одношажный ход. Преодоление спусков, подъемов.Старт, финиш. Прохождение дистанции 3км.Сдача контрольных нормативовСпуски переступанием.Подъем елочкойПрохождение дистанции 3км. | Проверка и оценка знанийЗакрепление изучаемого матерПроверка и оценказнанийЗакрепление изученного материалаПроверка и оценка знаний | Основные способы передвижения на лыжах. Техника выполнения спусков, подъемов.Способы передвижения |  | Март 12.03 13.03 14.03 19.03 20.03 21.03 26.03 27.03 28.03 |
| Техника безопасности на занятиях спортивными играми.  | Усвоение нового материала | Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений.  | **Спортивные игры-23ч** | Апрель 02.04 |
| Стойки, перемещения волейболиста.  | Систематизация знаний и умений | Технические приемы и тактические действия в волейболе |  | 03.04 |
| Перемещение в стойках волейболиста. | Повторение | Техника перемещений |  | 04.04 |
| Ловля и передача мяча.Высокая, средняя, низкая стойка волейболиста. | Комбинированный | Технические приемы и тактические действия в волейболе. |  | 16.04 17.04 |
| Передача мяча сверху над собой.Передача мяча снизу над собой. Нижняя прямая подача. Передача мяча сверху в парах.Передача мяча снизу в парах.Прием мяча после подачи.Передача снизу над собой (У).Нижняя прямая подача (У)Учебная игра по упрощенным правилам | КомбинированныйПроверка и оценказнаний | Технические приемы и тактические действия в волейболе |  | 18.04 23.04 24.04 25.04 30.04 02.05 07.05 08.05 |
| Учебная игра волейбол Учебная игра через 3 зону.Передачи в парах.Учебная игра в три касания.Сдача учебных нормативов | КомбинированныйПроверка и оценказнаний | Технические приемы и тактические действия в волейболе |  | Май 14.05 15.05 16.05 21.05 22.05  |
| Футбол. Упражнения без мяча и с мячом. | Усвоение нового материала | Технические приемы и тактические действия в футболе |  | 23.05 |
| Ведение мяча подъемом и подошвой. | Комбинированный | Технические приемы и тактические действия в футболе |  | 28.05 |
| Удары по неподвижному мячу | Комбинированный | Технические приемы и тактические действия в футболе |  | 29.05 |
| Тактические действия: взаимодействие игроков в нападении и защите. | Комбинированный | Технические приемы и тактические действия в футболе |  | 30.05 |
| Учебная игра мини-футбол  | Закрепление изучаемого материала | Тактические действия в мини - футболе |  |  |
| Учебная игра футбол. | Закрепление изучаемого материала | Технические приемы и тактические действия в футболе. |  | 30.05 |
| **ВСЕГО** |  |  | 102 |  |