

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДА ДЖАНКОЯ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА №8»**

РАССМОТРЕНО

МО учителей физической
культуры и ОБЗР
(протокол от 28.08.2025 №1)

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР
 Лемешко А.В.
28.08.2025

УТВЕРЖДЕНО

Приказ МОУ «СПШ №8»
от 29.08.2025 № 440

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

По учебному плану

«Физическая культура»

Для 6-А класса

(составлено на основе ФРП ООО «Физическая культура»)

**Составитель
Кодирова С.Э.**

ДЖАНКОЙ, 2025

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения		Дополнительные сведения
		всего	контрольные работы	Практические работы	план	факт	
	Модуль «Легкая атлетика» (16 ч.)				6- А	6- А	
1	Первичный инструктаж по ТБ. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения в современном мире, роль Пьера де Кубертена в их становлении и развитии. Ведение дневника физической культуры. Бег на короткие дистанции. Бег 30, 60м.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru u
2	ТБ. Специальные беговые упражнения. Бег на короткие дистанции. Старт с опорой на одну руку и последующим ускорением Бег 30, 60м. Метание малого (теннисного) мяча в подвижную (раскачивающуюся) мишень.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru u
3	ТБ. Спринтерский и гладкий равномерный бег по учебной дистанции, ранее разученные беговые упражнения. Бег 30м – <i>на результат</i> . Бег в чередовании с ходьбой 6мин.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru u
4	ТБ. «Бег с максимальной скоростью на короткие дистанции». Бег в чередовании с ходьбой 6мин. «Режим дня и его значение для современного школьника». Подвижные игры.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru u
5	ТБ. «Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции». «Самостоятельное составление индивидуального режима дня». Подвижные игры.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru u
6	ТБ. «Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции». Равномерный бег (1000м) - <i>на результат</i> . Подвижные игры.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru u

7	ТБ. «Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги». «Упражнения для поддержания оптимальной работоспособности мышц опорно-двигательного аппарата в режиме учебной деятельности». Подвижные игры.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru u
8	ТБ. «Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги. Подвижные игры.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru u
9	ТБ. «Прыжок в длину с места». «Упражнения для физкультпауз». Подвижные игры.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru u
10	ТБ. «Прыжок в длину с места» - <i>на результат</i> . Подвижные игры	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru u
11	ТБ. Прыжки в высоту способом «перешагивание» с прямого разбега. Подвижные игры.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru u
12	ТБ. Прыжки в высоту способом «перешагивание» с прямого разбега. Подвижные игры.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru u
13	ТБ. «Метание малого мяча в подвижную (раскачивающуюся) цель». ТБ. «Девиз, символика и ритуалы современных Олимпийских игр». Подвижные игры.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru u
14	ТБ. «Метание малого мяча в подвижную (раскачивающуюся) цель». «История организации и проведения первых Олимпийских игр современности». Подвижные игры.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru u

15	ТБ. «Метание малого мяча на дальность». Первые олимпийские чемпионы. Подвижные игры.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru u
16	ТБ. «Метание малого мяча на дальность» - <i>на результат</i> . Правила и способы самостоятельного развития физических качеств	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
	Модуль «Гимнастика» (16 ч.)						
17	ТБ. «Кувырок вперёд и назад в группировке». «Упражнения на формирование телосложения». Подвижные игры.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru u
18	ТБ. «Кувырок вперёд и назад в группировке». Подтягивание в висе (м), и в висе лежа (д) – <i>на результат</i> . Подвижные игры.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru u
19	ТБ. «Кувырок назад в группировке». Подъем туловища из положения лежа (за 1 мин) – <i>на результат</i> . «Способы определения индивидуальной физической нагрузки».	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
20	ТБ. «Кувырок назад стойки на лопатках». «Правила проведения измерительных процедур по оценке физической подготовленности». Подвижные игры.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
21	ТБ. Кувырок вперёд. «Упражнения на развитие гибкости». Наклон вперед из положения стоя - <i>на результат</i> . Подвижные игры.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
22	ТБ. Техника выполнения изученной акробатической комбинации (два кувырка вперед слитно, кувырок назад, стойка на лопатках, перекач в присед, прыжок на 180) – <i>на результат</i> .	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru

23	ТБ. Физическая подготовка и её влияние на развитие систем организма, связь с укреплением здоровья, физическая подготовленность как результат физической подготовки. Подвижные игры.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
24	ТБ. Гимнастическая комбинация на низком гимнастическом бревне (передвижение шагом и бегом). Опорный прыжок через козла, «согнув ноги» (м), «ноги врозь» (д). Подвижные игры.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
25	ТБ. Гимнастическая комбинация на низком гимнастическом бревне (поворотами с разнообразными движениями рук и ног, удержанием статических поз (д). Опорный прыжок через козла, «согнув ноги» (м), «ноги врозь» (д).	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
26	ТБ. «Упражнения на невысокой гимнастической перекладине: висы, упор ноги врозь, перемах вперед и обратно». Опорный прыжок через козла, «согнув ноги» (м), «ноги врозь» (д).	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
27	ТБ. «Упражнения на невысокой гимнастической перекладине: висы, упор ноги врозь, перемах вперед и обратно». Опорный прыжок через козла, «согнув ноги» (м), «ноги врозь» (д) – <i>на результат</i> . Подвижные игры.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
28	ТБ. «Лазанье по канату в три приёма (мальчики)». Подвижные игры.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
29	ТБ Теоретические основы плавания кролем на груди. Упражнения на суше – имитация способа кроль. Особенности вводной среды.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru

30	ТБ. Теоретические основы плавания брассом на груди. Упражнения на суше – имитация способа брасс.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
31	ТБ. Теоретические основы лыжной подготовки. Виды лыжных ходов. Имитация: передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом, преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона в низкой стойке.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
32	ТБ. Техника лыжных ходов. Стили лыжных ходов. Имитация: повороты, спуски, торможение.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
	Модуль «Спортивные игры» «Баскетбол» (10ч.)						
33	ТБ. «Передача баскетбольного мяча двумя руками от груди». Подвижные игры.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
34	ТБ. «Передача баскетбольного мяча двумя руками от груди в движении». Подвижные игры с элементами баскетбола.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
35	ТБ. «Передача баскетбольного мяча двумя руками от груди в движении». Подвижные игры с элементами баскетбола.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
36	ТБ. Передача баскетбольного мяча двумя руками от груди в движении – <i>на результат</i> . Ведение мяча.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
37	ТБ. Ведение мяча в разных направлениях и по разной траектории. Подвижные игры с элементами баскетбола.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru

38	ТБ. «Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места. Подвижные игры с элементами баскетбола.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
39	ТБ. «Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места. Подвижные игры с элементами баскетбола.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
40	ТБ. «Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места на расстоянии 1,5 м – <i>на результат</i> . Подвижные игры с элементами баскетбола	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
41	Совершенствование ранее разученные технические действия с мячом. ТБ. Подвижные игры с элементами баскетбола.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
42	Совершенствование ранее разученные технические действия с мячом. ТБ. Подвижные игры с элементами баскетбола	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
	Модуль «Спортивные игры» «Волейбол» (8ч.)						www.edu.ru www.school.edu.ru
43	Беседа по ТБ во время занятий волейболом. История развития волейбола. Стойка волейболиста Способы передвижения игроков по площадке. Приём и передача волейбольного мяча двумя руками снизу .	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
44	ТБ. Приём и передача волейбольного мяча двумя руками снизу. Спортивная игра «Пионербол».	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
45	ТБ. «Приём и передача волейбольного мяча двумя руками сверху с разных зон площадки ». Спортивная игра «Пионербол».	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru

46	ТБ. «Приём и передача волейбольного мяча двумя руками сверху с разных зон площадки». Спортивная игра «Пионербол».	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
47	ТБ. Прямая нижняя подача мяча в волейболе. Спортивная игра «Пионербол».	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
48	ТБ. Прямая нижняя подача мяча в волейболе.. Спортивная игра «Пионербол».	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
49	ТБ. Совершенствование ранее разученные технические действия с мячом. Передача мяча над собой двумя руками – <i>на результат</i> . Спортивная игра «Пионербол».	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
50	ТБ. Совершенствование ранее разученные технические действия с мячом. Спортивная игра «Пионербол».	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
	Модуль «Спортивные игры» «Футбол» (10ч.)						
51	ТБ. «Удары по катящемуся мячу с разбега». Спортивная игра.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
52	ТБ. «Удары по катящемуся мячу с разбега». Спортивная игра.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
53	ТБ. «Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы». Спортивная игра.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
54	ТБ. «Ведение футбольного мяча». Спортивная игра.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
55	ТБ. «Ведение футбольного мяча». Спортивная игра.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru

56	ТБ. «Обводка мячом ориентиров» (конусов). Спортивная игра.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
57	ТБ. «Обводка мячом ориентиров» (конусов). Спортивная игра.	1		1			www.edu.ru
58	ТБ. Совершенствование техники. Спортивная игра.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
59	ТБ. Совершенствование техники. Спортивная игра.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
60	«Правила и способы составления плана самостоятельных занятий физической подготовкой». Техника безопасности. Обводка мячом ориентиров» (конусов) – <i>на результат.</i>	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
	Модуль «Спорт» (8ч)						
61	Правила техники безопасности на уроках. ТБ. Комплекс ГТО. «Физическая подготовка». Укрепление здоровья через ВФС ГТО Правила выполнения спортивных нормативов 3 ступени. Развитие скоростных способностей. Бег 30 м, 60 м.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
62	ТБ. ГТО. Бег 1500 м, 2000 м. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Развитие гибкости, скоростных способностей.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
63	ТБ. ГТО. Подтягивание из виса на высокой и низкой (девочки) перекладине. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Развитие скоростных способностей.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
64	ТБ. ГТО. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу или на гимнастической	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru

	скамье. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Развитие силовых способностей.						
65	ТБ. ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
66	ТБ. Челночный бег 3х10м. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Развитие силовых способностей.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
67	ТБ. Метание теннисного мяча весом 150гр. Метание теннисного мяча в цель. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Развитие выносливости.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
68	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Развитие выносливости. Подвижные игры.	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ 68			68				

Пронумеровано, прошито
и скреплено печатью

10 страниц

) листов

Директор МОУ «СШ № 8»

В. И. Замирская

