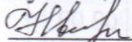


**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Владиславовская общеобразовательная школа»
Кировского района Республики Крым**

РАССМОТРЕНО

на заседании МО
учителей естественно-
математического цикла

Руководитель МО

 Андреюк Н.П.

Протокол № 1

от 31.08.2026 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
учебно-воспитательной
работе МБОУ

"Владиславовская ОШ"

 Мелуховская Г.Г.

от 31.08.2026 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ

"Владиславовская ОШ"

Погосян Д. А.

Приказ № 141 от

31.08.2026 г.



КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Физическая культура

6-А, 6-Б класс

(базовый уровень)

Количество часов: **102 (3 часа в неделю)**

Срок реализации программы: **2026-2027 учебный год**

Составитель:

Зиядинов Айдер Влядерович,

учитель физической культуры,

СЗД.

Рассмотрено

на заседании педагогического совета

МБОУ "Владиславовская ОШ"

Протокол № 10 от 17.08.2026 г.

2026 год

№ п/п	Наименование разделов и тем уроков	Час ы учеб ного вре мени	Дата	
			план	факт
1.	Инструктаж по технике безопасности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения в современном мире, роль Пьера де Кубертена в их становлении и развитии. Спринтерский бег.	1	01.09	
2.	Девиз, символика и ритуалы современных Олимпийских игр. Старт с опорой на одну руку с последующим ускорением.	1	02.09	
3.	Эстафетный бег. Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: челночный бег 3х10 м.	1	07.09	
4.	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: бег на 30 м.	1	08.09	
5.	Воспитание качеств личности на занятиях физической культурой и спортом. Метания мяча весом 150 гр.	1	09.09	
6.	Соблюдение правил техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями Метание малого мяча по движущейся мишени. Бег с преодолением препятствий.	1	14.09	
7.	История организации и проведения первых Олимпийских игр современности, первые олимпийские чемпионы. Метание мяча на дальность с разбега.	1	15.09	
8.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: метание мяча весом 150 г	1	16.09	
9.	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: бег на 60 м.	1	21.09	
10.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: прыжок в длину с места толчком двумя ногами.	1	22.09	
11.	Упражнения для коррекции телосложения. Эстафетный бег.	1	23.09	
12.	Эстафетный бег. Развитие выносливости.	1	28.09	
13.	Техника преодоление препятствий наступанием и прыжковым шагом. Переменный бег.	1	29.09	
14.	Гладкий равномерный бег 500 м.	1	30.09	
15.	Гладкий равномерный бег 600 м.	1	05.10	
16.	Гладкий равномерный бег 800 м.	1	06.10	
17.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: бег на 1000 м и 1500 метров.	1	07.10	
18.	Переменный бег.	1	12.10	
19.	Упражнения для профилактики нарушения осанки Преодоление препятствий наступанием.	1	13.10	
20.	Преодоление препятствий в сочетании с бегом.	1	14.10	

21	Планирование занятий тактической и технической подготовкой. Переменный бег. Подвижные игры.	1	19.10	
22	Преодоление препятствий прыжковым бегом.	1	20.10	
23	Физическая подготовка человека. Кроссовый бег 2000 метров.	1	21.10	
24	Бег по изменяющемуся грунту.	1	09.11	
25	Т/Б. Основные правила игры в баскетбол.	1	10.11	
26	Стойки. Передача и ловля мяча после отскока от пола.	1	11.11	
27	Передвижения в стойке баскетболиста. Передача и ловля мяча после отскока от пола.	1	16.11	
28	Прыжок вверх толчком одной с приземлением на другую.	1	17.11	
29	Прыжок вверх толчком одной с приземлением на другую.	1	18.11	
30	Остановка двумя шагами и прыжком.	1	23.11	
31	Остановка двумя шагами и прыжком.	1	24.11	
32	Повороты.	1	25.11	
33	Ведение мяча с изменением направления движения.	1	30.11	
34	Ведение мяча с изменением направления движения.	1	01.12	
35	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения.	1	02.12	
36	Бросок мяча в корзину двумя руками от груди после ведения.	1	07.12	
37	Составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой. Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке.	1	08.12	
38	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке.	1	09.12	
39	Зачет (броски мяча в корзину изученными способами) Позиционное нападение.	1	14.12	
40	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1	15.12	
41	Т/Б.СУ. Упражнения для профилактики нарушения осанки. Опорный прыжок через козла.	1	16.12	
42	Опорный прыжок через козла Соскок, прогнувшись (козел в ширину, высота 80 – 100см)	1	21.12	
43	Лазанье по канату в три приёма. Упражнения в висе, равновесии.	1	22.12	
44	Упражнения на невысокой гимнастической перекладине	1	23.12	
45	Упражнения на невысокой гимнастической перекладине	1	28.12	
46	Лазанье по канату в три приёма. Упражнения в висе, равновесии.	1	29.12	
47	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики; наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1	30.12	
48	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см;	1		

	поднимание туловища из положения лежа на спине			
49	Акробатические комбинации	1		
50	Акробатические комбинации	1		
51	Акробатические комбинации	1		
52	Акробатические комбинации	1		
53	Стойка на голове с опорой на руки.	1		
54	Прыжки на скакалке Комбинация из акробатических упражнений (зачет)	1		
55	Торможение на лыжах способом «упор» (теория).	1		
56	Поворот упором при спуске с пологого склона (теория).	1		
57	Преодоление естественных препятствий на лыжах (теория).	1		
58	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции (теория).	1		
59	Т/Б, стойки и передвижения, повороты, остановки. Прием и передача мяча. Верхняя прямая подача мяча	1		
60	Верхняя прямая подача мяча.	1		
61	Верхняя прямая подача мяча.	1		
62	Передача мяча через сетку двумя руками сверху. Нападающий удар.	1		
63	Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча снизу и сверху	1		
64	Передача мяча через сетку двумя руками сверху. Прием мяча двумя руками снизу. Тактика игры.	1		
65	Передача мяча через сетку двумя руками сверху (зачет)	1		
66	Перевод мяча за голову.	1		
67	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1		
68	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1		
69	Игровая деятельность с использованием технических приёмов в подаче мяча			
70	Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху			
71	Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху			
72	Прыжок в высоту способом «перешагивание»			
73	Прыжок в высоту способом «перешагивание»			
74	Прыжок в высоту способом «перешагивание»			
75	Прыжок в длину с разбега. Бег на короткие дистанции			

	(повторение). Бег по пересечённой местности			
76	Прыжок в длину с разбега. Бег на короткие дистанции(повторение). Преодоление препятствий			
77	Прыжок в длину с разбега. Бег на длинные дистанции (повторение).			
78	Бег на длинные дистанции (повторение).			
79	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: кросс на 3 км			
80	Специальные беговые упражнения в футболе с мячом. Удар по катящемуся мячу с разбега			
81	Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча			
82	Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча			
83	Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча			
84	Средние и длинные передачи мяча по диагонали. Удар по катящемуся мячу с разбега			
85	Средние и длинные передачи мяча по диагонали. Удар по катящемуся мячу с разбега			
86	6 ударов по катящемуся мячу на точность (зачет) Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов остановки мяча			
87	Тактические действия при выполнении углового удара.			
88	Тактические действия при выполнении углового удара.			
89	Тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой линии			
90	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов обводки.			
91	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов ведения.			
92	История ВФСК ГТО и ГТО в наши дни. Правила выполнения спортивных нормативов 3-4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах			
93	История ВФСК ГТО и ГТО в наши дни. Правила выполнения спортивных нормативов 3-4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах			
84	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. Эстафеты			
95	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м и 1500м			
96	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км и 3 км. Подводящие упражнения			

97	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты			
98	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты			
99	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры			
100	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры			
101	Фестиваль ГТО «Всем классом сдадим ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3-4 ступени			
102	Фестиваль ГТО «Всем классом сдадим ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3-4 ступени			

Учитель Зиядинов А.В.

[illegible]

