

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1»
Г.БОЛОГОЕ, ТВЕРСКОЙ ОБЛАСТИ

«Утверждаю»
Директор
МБОУ «СОШ №1»:

Ю.В.Захарнева
Приказ № _____ от
«__» _____ 2021г.

«Согласовано»
с заместителем
директора по УВР

Д.И.Нугайгулова

«Рассмотрено»
на заседании кафедры

Протокол № ____ от
«__» _____
2021г.

**Календарно-тематическое планирование
к рабочей программе учебного предмета
«Физическая культура»**

5-9 классы
6 «А» класс
на 2021 – 2022 год

Учитель физической культуры:
Кирчина Ирина Юрьевна,
первая категория

2021-2022 учебный год

№ п/п	Тема урока.	Дата	
		План	Факт
Раздел 1. Легкая атлетика. Спортивные, подвижные игры (27ч)			
1	Инструктаж по ТБ Лёгкая атлетика. Спринтерский бег, эстафетный бег. Повторение пройденного в 5 классе по теме л/а.		
2	Лёгкая атлетика. Развитие выносливости. Повторение знаний и умений за 5 класс по теме л/а. Бег 6-минутный.		
3	Повторение знаний и умений за 5 класс по теме л/а. Подвижные игры. ОРУ.		
4	Повторение знаний и умений за 5 класс по теме л/а. Зачёт по прыжкам в длину с места.. Подвижные игры.		
5	Лёгкая атлетика. Эстафеты. Бег 30м., 60м.-учет. Специальные беговые упражнения.		
6	Подвижные игры. ОРУ.		
7	Лёгкая атлетика. Метание м. мяча на дальность-учет		
8	Лёгкая атлетика. Специальные беговые упражнения. Бег 1000 м.без учета времени.		
9	Подвижные игры. ОРУ.		
10	Лёгкая атлетика. Метание мяча в цель.		
11	Лёгкая атлетика. Челночный бег 3х10 м, сек - учет		
12	Игры с мячом(пионербол)		
13	Лёгкая атлетика. Подтягивание -учет		
14	Лёгкая атлетика. Прыжок в длину с разбега- учет		
15	Игры на внимание.		
16	Лёгкая атлетика. Преодоление препятствий. Развитие выносливости.		
17	Лёгкая атлетика. Бег 1000 м.- учет		
18	Спортивные игры по выбору.		
19	Лёгкая атлетика. Кроссовая подготовка – 6-ти минутный бег		
20	Лёгкая атлетика. Кроссовая подготовка-6-ти минутный бег с препятствиями.		
21	Спортивные игры по выбору.		
22	Лёгкая атлетика. Контрольные упражнения. Нормативы ГТО.		
23	Лёгкая атлетика. Полоса препятствий на скорость и время.		
24	Спортивные игры.		
25	Лёгкая атлетика. Преодоление препятствий. Развитие выносливости.		
26	Круговая тренировка. Спортивные игры.		
27	Спортивные игры по выбору.		
Раздел 2. Гимнастика с элементами акробатики .Спортивные игры (22ч)			
28	Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики с элементами акробатики. Повторение пройденного в начальной школе. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения.		

29	Гимнастика с элементами акробатики. Кувырок вперёд, назад.		
30	Спортивные игры: пионербол.		
31	Гимнастика с элементами акробатики. Висы и упоры.		
32	Гимнастика с элементами акробатики. ОРУ без предметов. Комбинация из изученных элементов.		
33	Спортивные игры: пионербол		
34	Гимнастика с элементами акробатики. Учёт кувырков. Наклоны вперед из положения сидя -учет		
35	Гимнастика с элементами акробатики. ОРУ без предметов. Упражнения в висе. Игры.		
36	Спортивные игры: пионербол		
37	Гимнастика с элементами акробатики. Учёт подтягивание.		
38	Гимнастика с элементами акробатики. Опорный прыжок. Игры.		
39	Спортивные игры: пионербол		
40	Гимнастика с элементами акробатики. Изучение техники опорного прыжка. Развитие силовых способностей.		
41	Гимнастика с элементами акробатики. Техника выполнения опорных прыжков. Игры.		
42	Спортивные игры: пионербол		
43	Гимнастика с элементами акробатики. ОРУ с предметами. Выполнение прыжков в высоту.		
44	Гимнастика с элементами акробатики. Учёт выполнения прыжков в высоту.		
45	Спортивные игры: пионербол.		
46	Гимнастика с элементами акробатики. Развитие координации. Наклон вперед из положения сидя-учет.		
47	Гимнастика с элементами акробатики. Постановка рук.		
48	Показательные выступления гимнастов.		
49	Снарядовая гимнастика. Повторение.		
Раздел 3. Лыжная подготовка. Спортивные и подвижные игры (29ч)			
50	Инструктаж по ТБ на лыжной подготовке. Физическая культура, как часть всеобщей культуры человека.		
51	Лыжная подготовка. Одновременно –двухшажный ход. Одновременно–бесшажный ход.		
52	Подвижные игры на свежем воздухе.		
53	Лыжная подготовка. Одновременно –двухшажный ход.		
54	Лыжная подготовка. Одновременно –двухшажный ход.		
55	Подвижные игры на свежем воздухе.		
56	Лыжная подготовка. Одновременно –двухшажный ход. Эстафеты.		
57	Лыжная подготовка. Одновременно-бесшажный ход.		
58	Подвижные игры на свежем воздухе.		
59	Лыжная подготовка. Совершенствование техники.		
60	Лыжная подготовка. Прохождение дистанции 2 км		
61	Подвижные игры на свежем воздухе.		
62	Лыжная подготовка. Учебная змейка лыжных ходов.		
63	Лыжная подготовка. Подъёмы и спуски.		
64	Подвижные игры на свежем воздухе.		
65	Лыжная подготовка. Контрольный урок. Инструктаж по ТБ		

	на уроках спортивных игр. Игры и эстафеты.		
66	Лыжная подготовка. Контрольный урок. Подвижные игры на развитие выносливости. Баскетбол		
67	Подвижные игры на развитие выносливости. Баскетбол		
68	Подвижные игры на развитие выносливости. Баскетбол		
69	Подвижные игры на развитие выносливости. Баскетбол		
70	Игры и эстафеты. Развитие двигательных качеств.		
71	Подвижные игры на развитие выносливости. Мини-футбол		
72	Подвижные игры на развитие выносливости. Мини-футбол		
73	Игры и эстафеты. Развитие двигательных качеств.		
74	Подвижные игры на развитие выносливости. Мини-футбол		
75	Подвижные игры на развитие выносливости. Мини-футбол		
76	Игры и эстафеты. Развитие двигательных качеств.		
77	Тестирование норм ГТО		
78	Спортивные игры.		
Раздел 4. Легкая атлетика. Гимнастика. Спортивные и подвижные игры (21ч)			
79	ТБ на занятиях легкой атлетикой. Организация занятий физической культурой.		
80	Легкая атлетика. Прыжки в длину с места-учет.		
81	Спортивные игры по выбору.		
82	Легкая атлетика. Челночный бег 3 x10м.-учет.		
83	Легкая атлетика Обучение старту с одной руки. 30м и 60м.-учёт.		
84	Спортивные игры по выбору.		
85	Легкая атлетика. Развитие выносливости. Полоса препятствий.		
86	Легкая атлетика. Развитие выносливости. Равномерный бег. Бег 1000 м- учёт.		
87	Спортивные игры по выбору.		
88	Легкая атлетика .Полоса препятствий.		
89	Гимнастика .Подтягивание-учет.		
90	Спортивные игры по выбору.		
91	Легкая атлетика. Метание в цель. Развитие выносливости.		
92	Легкая атлетика. Оценка освоения низкого старта. КУ-прыжки через скакалку.		
93	Спортивные игры по выбору.		
94	Легкая атлетика. Метание на дальность. Игра в пионербол.		
95	Гимнастика. Наклоны вперед из положения сидя –учет.		
96	Спортивные игры по выбору.		
97	Круговая тренировка. Спортивные игры.		
98	Легкая атлетика. Развитие выносливости.		
99	Спортивные игры по выбору.		
100	Лёгкая атлетика. Прыжок в длину с разбега-совершенствование.		
101	Лёгкая атлетика. ОРУ. Прыжок в длину с разбега-учет.		
102	Спортивные игры по выбору. Итоги четверти, года		

По плану: 102 часов Фактически дано: