

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Камчатского края
Управление образования администрации Петропавловск-Камчатского городского округа
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 28 имени Г.Ф. Кирдищева»

ПРИНЯТО

Решением методического
объединения учителей
развивающего цикла
Руководитель МО
_____ Мян М.К.
Протокол №1
от 26 августа 2022 года

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР
_____ Е.Ю. Санкина
Приказ №
от 29 августа 2022 года

УТВЕРЖДАЮ

Директор
_____ Е.Ю. Баневич
Приказ №
от 30 августа 2022года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета
«Физическая культура»
для 6 «А» класса основного общего образования
на 2022-2023 учебный год

Составитель: Хамайко Алиса
Александровна, учитель физкультуры

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ПЕРЕЧЕНЬ НОРМАТИВНЫХ ПРАВОВЫХ АКТОВ, РЕГЛАМЕНТИРУЮЩИХ РАЗРАБОТКУ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
 2. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержден приказом Минобрнауки РФ 17 декабря 2010 г. № 1897.
 3. Учебный план МАОУ «Средняя школа № 28 имени Г.Ф. Кирдищева» на 2022-2023 учебный год.
 4. Положение о рабочих программах МАОУ «Средняя школа № 28 имени Г.Ф. Кирдищева»
 5. Программы воспитания МАОУ «Средняя школа № 28 имени Г.Ф. Кирдищева»
- Авторская программа основного общего образования по УМК «Физическая культура». Учебник. В.И. Лях. Физическая культура 5-7 классы: учебник для общеобразовательных учреждений / В. И. Лях. – 12-е изд. – М.: Просвещение, 2022.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА

Цель учебного предмета «Физическая культура»:

формирование устойчивых мотивов и потребностей, обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Учебный предмет «Физическая культура» строится так, чтобы были решены следующие задачи:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей направленностью, техническими действиями и приёмами базовых видов спорта;
- формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными и спортивными играм, формам активного отдыха и досуга,
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

В 6 «А» классе на изучение предмета «Физическая культура» отводится 2 часа в неделю, суммарно 68 часа.

УМК УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ДЛЯ ПЕДАГОГА

1. Учебник. В.И. Лях. Физическая культура 5-7 классы: учебник для общеобразовательных учреждений / В. И. Лях. – 12-е изд. – М.: Просвещение, 2022.
2. Методические рекомендации. М. Я. Виленский. Физическая культура 5-7 кл. М.: Просвещение, 2013
3. Пособия для учителей и методистов. М. Я. Виленский. Физическая культура 5-7 кл. Тестовый контроль. М.: Просвещение, 2013-2014г.

УМК УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ДЛЯ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ

1. Учебник. В.И. Лях. Физическая культура 5-7 классы: учебник для общеобразовательных учреждений / В. И. Лях. – 12-е изд. – М.: Просвещение, 2022.

ФОРМЫ УЧЁТА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ВОСПИТАНИЯ

Рабочая программа составлена с учетом модуля «Школьный урок» Программы воспитания МАОУ «Средняя школа №28 имени Г.Ф. Кирдищева», в котором представлены виды и формы деятельности, обеспечивающие реализацию воспитательного потенциала урока.

Для достижения воспитательных задач урока используются социокультурные технологии:

- технология присоединения;
- технология развития целостного восприятия и мышления;
- технология развития чувствования;
- технология развития мотивации;
- технология развития личности;
- технология развития группы;
- технология развития ресурса успеха.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

КРАТКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В соответствии со структурой двигательной (физкультурной) деятельности предмет включает в себя три основных учебных раздела: «Знания о физической культуре» (информационный компонент деятельности), «Способы двигательной (физкультурной) деятельности» (операциональный компонент деятельности), «Физическое совершенствование» (процессуально-мотивационный компонент деятельности).

Каждый из этих разделов имеет собственные ценностные ориентиры, определяющиеся основами содержания предмета «Физическая культура».

К основным разделам учебного материала, изучаемого в 6-м «А» классе, относят знания о физической культуре, способы двигательной (физкультурной) деятельности и физическое совершенствование. Содержание каждого раздела определено спецификой программного материала и возрастными особенностями учащихся 6-х классов.

Раздел 1. Знания о физической культуре

1. История физической культуры и её развитие в современном обществе.
2. Олимпийские игры древности.
3. Виды спорта, входящие в программу Олимпийских игр.
4. Базовые понятия физической культуры (физическая культура, спорт, физическое развитие, физическое совершенствование, физическая подготовленность, здоровый образ жизни).
5. Режим дня и его содержание.
6. Закаливание организма, гигиенические требования к занятиям физической культурой.
7. Проведение занятий по коррекции осанки.

Раздел 2. Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой (выбор упражнений и составление комплексов общеразвивающих и корректирующих упражнений для занятий физическими упражнениями, утренней гимнастики; планирование занятий физическими упражнениями в структуре учебного дня и недели)

1. Оценка эффективности занятий физической культурой (самонаблюдение и самоконтроль, оценка техники движений).

Раздел 3. Физическое совершенствование

1. Физкультурно-оздоровительная деятельность (оздоровительные формы занятий физическими упражнениями в режиме учебного дня).

2. Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью (гимнастика с элементами акробатики, лёгкая атлетика, баскетбол, волейбол, лыжная подготовка).
3. Упражнения общеразвивающей направленности (общефизическая подготовка).

Физическая культура и здоровый образ жизни: характеристика основных форм занятий физической культурой, их связь с укреплением здоровья, организацией отдыха и досуга.

Исторические сведения об Олимпийских играх Древней Греции, характеристика их содержания и правил спортивной борьбы. Расцвет и завершение истории Олимпийских игр древности.

Способы самостоятельной деятельности. Режим дня и его значение для учащихся школы, связь с умственной работоспособностью. Составление индивидуального режима дня; определение основных индивидуальных видов деятельности, их временных диапазонов и последовательности в выполнении

Физическое развитие человека, его показатели и способы измерения. Осанка как показатель физического развития, правила предупреждения её нарушений в условиях учебной и бытовой деятельности. Способы измерения и оценивания осанки. Составление комплексов физических упражнений с коррекционной направленностью и правил их самостоятельного проведения.

Проведение самостоятельных занятий физическими упражнениями на открытых площадках и в домашних условиях; подготовка мест занятий, выбор одежды и обуви; предупреждение травматизма.

Оценивание состояния организма в покое и после физической нагрузки в процессе самостоятельных занятий физической культурой и спортом. Составление дневника физической культуры.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ СВЯЗИ

Согласно Концепции развития содержания образования в области физической культуры основой образования по физической культуре является двигательная (физкультурная) деятельность, которая непосредственно связана с совершенствованием физической природы человека. В рамках школьного образования активное освоение данной деятельности позволяет школьникам не только совершенствовать физические качества и укреплять здоровье, осваивать физические упражнения и двигательные действия, но и успешно развивать психические процессы и нравственные качества, формировать сознание и мышление, творческий подход и самостоятельность.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Освоение учебного предмета «Физическая культура» должно обеспечивать достижение на уровне основного общего образования следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов:

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- знание истории физической культуры России;
- знание особенностей индивидуального здоровья, правил техники безопасности и оказания доврачебной помощи на занятиях физическими упражнениями для самосовершенствования;
- усвоение правил поведения на занятиях физическими упражнениями и спортом со сверстниками и взрослыми;
- умение планировать режим дня с учётом умственной и физической нагрузки;
- умение проводить комплексы общеразвивающих и корректирующих упражнений;
- способность активно участвовать в проведении физкультурно-спортивных мероприятий;

- умение соблюдать санитарно-гигиенические нормы в процессе занятий физическими упражнениями;
- овладение двигательными умениями и навыками (с максимальной скоростью пробегать 60 м из положения низкого старта; метать малый мяч и мяч весом 150 г с места и с разбега (10— 12 м) в определённом ритме; выполнять акробатическую комбинацию из четырёх элементов, включающую кувырки вперёд и назад, перекаты в группировке, стойку на лопатках; вис согнувшись и прогнувшись, смешанные висы и упоры на гимнастических снарядах; лазанье в два приёма; опорный прыжок (вскок в упор присев и соскок прогнувшись); в спортивных играх (играть в одну из спортивных игр по упрощённым правилам));
- овладение способами спортивной деятельности (участвовать в «Президентских состязаниях»).

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- умение определять цели, задачи и алгоритм обучения, физической подготовки, а также соотносить их с полученными результатами;
- умение самостоятельно находить и использовать информацию по основным разделам учебного материала для решения практических задач на уроке;
- умение выполнять двигательные действия и физические упражнения базовых видов спорта с учётом изученного программного материала; умение выявлять ошибки в процессе выполнения практических задач и находить способы их исправления, обосновывать показатели качества конечных результатов;
- умение строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и учителем в процессе освоения двигательных действий, игровой и соревновательной деятельности;
- умение проявлять дисциплинированность, внимательность друг к другу в процессе занятий физической культурой и спортом; умение высказывать и аргументировать своё мнение о роли физической культуры в формировании здорового образа жизни, укреплении здоровья, повышении физической подготовленности, составлять комплексы физических упражнений с учётом индивидуальных особенностей организма;
- умение выполнять команды, указания, инструкции учителя; корректировать нарушения в движениях (закрепощённость, неточность, несогласованность движений рук и ног), нарушения осанки;
- умение рассуждать и обосновывать доказательства в процессе решения практических задач; способность действовать по схеме, в заданном направлении, быстро переключаться от выполнения одних двигательных действий на другие; умение провести самооценку и организовать взаимооценку (прогнозирование и контроль) физического развития и физической подготовленности;
- умение анализировать и объективно оценивать результат своей деятельности в процессе решения практических задач на уроке, согласовывать свои действия с действиями других участников учебного процесса; развивать воображение, интуицию и фантазию.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения в 6 «А» классе обучающийся научится:

- знания роли и значения физической культуры в организации здорового образа жизни, укреплении здоровья и достижении физического совершенствования;
- знания основных исторических фактов развития физической культуры и спорта, олимпийского движения;
- знания специфики базовых видов спорта (исторические факты, основные технические элементы, основы правил и судейства); понимание особенностей планирования учебного дня и учебной недели;
- знания системы общеразвивающих и корректирующих упражнений, их места в

структуре урока;

- знания о физических качествах человека и их значении для повышения физического совершенствования человека;
- знания правил техники безопасности и профилактики травматизма понимание роли контроля и самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями и спортом;
- умение организовывать и проводить оценку физического развития и физической подготовленности;
- умение самостоятельно проводить комплексы общеразвивающих и корректирующих упражнений на уроке физической культуры;
- способность выбирать физические упражнения, составлять из них индивидуальные комплексы для осуществления оздоровительной гимнастики; использовать закаливающие процедуры, естественные силы природы, гигиенические факторы в соответствии с их функциональной направленностью, а также для профилактики нарушений осанки;
- способность вести дневник самоконтроля.
 - выполнять требования безопасности на уроках физической культуры, на самостоятельных занятиях физическими упражнениями в условиях активного отдыха и досуга;
 - проводить измерение индивидуальной осанки и сравнивать её показатели со стандартами, составлять комплексы упражнений по коррекции и профилактике её нарушения, планировать их выполнение в режиме дня;
 - составлять дневник физической культуры и вести в нём наблюдение за показателями физического развития и физической подготовленности, планировать содержание и регулярность проведения самостоятельных занятий;
 - осуществлять профилактику утомления во время учебной деятельности, выполнять комплексы упражнений физкультурминуток, дыхательной и зрительной гимнастики;
 - выполнять комплексы упражнений оздоровительной физической культуры на развитие гибкости, координации и формирование телосложения;
 - выполнять опорный прыжок с разбега способом «ноги врозь» (мальчики) и способом «напрыгивания с последующим спрыгиванием» (девочки);
 - выполнять упражнения в висах и упорах на низкой гимнастической перекладине (мальчики); в передвижениях по гимнастическому бревну ходьбой и приставным шагом с поворотами, подпрыгиванием на двух ногах на месте и с продвижением (девочки);
 - передвигаться по гимнастической стенке приставным шагом, лазать разноимённым способом вверх и по диагонали;
 - выполнять бег с равномерной скоростью с высокого старта по учебной дистанции;
 - демонстрировать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»;
 - передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом (для бесснежных районов — имитация передвижения);
 - демонстрировать технические действия в спортивных играх:
 - баскетбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях; приём и передача мяча двумя руками от груди с места и в движении);
 - волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху с места и в движении, прямая нижняя подача);
 - футбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях, приём и передача мяча, удар по неподвижному мячу с небольшого разбега);
 - тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.

ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОЕКТНОЙ И УЧЕБНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Современный урок физической культуры должен обеспечивать дифференцированный и индивидуальный подход к учащимся с учётом состояния здоровья, пола, физического

развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Проектная деятельность на уроке физической культуры позволяет реализовать данные требования.

Проектная технология, применяемая в преподавании физической культуры, формирует у учащихся следующие компетенции: учебно-познавательные (Ставится и решается проблема); Социокультурные (выделение значимости проблемы для человека и общества); Ценностно-смысловые (в проекте обозначается отношение ученика к проблеме, раскрывается ее ценностный смысл), тем самым превращая урок физкультуры из урока лишь двигательной активности в урок образовательного направления.

Проектная деятельность позволит пробудить в учащихся интерес к физической культуре, повысить результативность.

Темы проектов разнообразны: «Развитие выносливости», «Развитие быстроты», «Развитие гибкости», «Развитие навыков самоконтроля», «История развития спорта», «Техника спортивных игр», «Зачем нужна утренняя зарядка».

СИСТЕМА ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

Оценивание качества выполнения упражнений (с учетом требований учебных нормативов).

«5» упражнение выполнено в соответствии с заданием, правильно, без напряжения, уверенно; в играх учащийся показал знание правил игры, умение пользоваться изученными упражнениями для быстрее достижения индивидуальных и коллективных целей в игре.

«4» упражнение выполнено в соответствии с заданием, правильно, но с некоторым напряжением, недостаточно уверенно, в играх учащийся показал знание правил игры, но недостаточно уверенно умеет пользоваться изученными движениями для быстрее достижения результатов в игре.

«3» упражнение выполнено правильно, но недостаточно точно, с большим напряжением, допущены незначительные ошибки; в играх учащийся показал знание лишь основных правил, но не всегда умеет пользоваться изученными движениями.

«2» упражнение выполнено неправильно, с грубыми ошибками; в играх учащийся показал слабое знание правил, неумение пользоваться изученными упражнениями.

Оценивание учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.

Итоговая отметка по физической культуре у учащихся, отнесенных к специальной медицинской группе, выставляется с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительную деятельность), а также с учетом динамики физической подготовленности и прилежания. Основной акцент в оценивании учебных достижений по физической культуре учащихся, имеющих выраженные отклонения в состоянии здоровья, должен быть сделан на стойкость их мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей. При самых незначительных положительных изменениях в физических возможностях обучающихся, которые обязательно должны быть замечены учителем и сообщены учащемуся (родителям), выставляется положительная отметка. Положительная отметка должна быть выставлена также обучающемуся, который не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и развитии физических качеств, но регулярно посещал занятия по физической культуре, старательно выполнял задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий

оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми знаниями в области физической культуры.

Для устных ответов определяются следующие критерии отметок

Уровни усвоения	Отметка по пятибалльной шкале	Показатели выполнения
Высокий	«5»	За ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя в деятельности.
Повышенный	«4»	За тот же ответ, если в нем содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки; если учащийся допустил одну ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно или с небольшой помощью учителя.
Базовый	«3»	За ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.
Пониженный	«2»	Обучающийся не овладел основными знаниями и умениями в соответствии с требованиями программы и допустил больше ошибок и недочетов, чем необходимо для отметки 3.

Для письменных ответов определяются следующие критерии отметок

Уровни усвоения	Отметка по пятибалльной шкале	Показатели выполнения
Высокий	«5»	Работа выполнена полностью без ошибок и недочетов.
Повышенный	«4»	Работа выполнена полностью, но при наличии в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочета, не более трех недочетов
Базовый	«3»	Обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.
Пониженный	«2»	Число ошибок и недочетов превысило норму для отметки 3 или правильно выполнено менее 50 % всей работы

Для оценивания выступления обучающегося с докладом (рефератором) определяются следующие критерии отметок

Уровни усвоения	Отметка по пятибалльной	Показатели выполнения

	шкале	
Высокий	«5»	1. Актуальность темы, соответствие содержания теме, глубина проработки материала, соответствие оформления реферата стандартам; 2. Знание учащимся изложенного в реферате материала, умение грамотно и аргументировано изложить суть проблемы; 3. Умение свободно беседовать по любому пункту плана, отвечать на вопросы, поставленные членами комиссии, по теме реферата; 5. Наличие качественно выполненного презентационного материала или (и) раздаточного.
Повышенный	«4»	Допускаются: 1. замечания по оформлению реферата; 2. небольшие трудности по одному из перечисленных выше требований.
Базовый	«3»	Замечания: 1. тема реферата раскрыта недостаточно полно; 2. затруднения в изложении, аргументировании. 3. отсутствие презентации.
Пониженный	«2»	Отсутствие всех вышеперечисленных требований.

Для тестов определяются следующие критерии отметок

Уровни усвоения	Отметка по пятибалльной шкале	Показатели выполнения
Высокий	«5»	Исходный показатель соответствует высокому уровню подготовленности, предусмотренному обязательным минимумом подготовки и программой физического воспитания, которая отвечает требованиям государственного стандарта и обязательного минимума содержания обучения по физической культуре, и высокому приросту ученика в показателях физической подготовленности за определенный период времени
Повышенный	«4»	Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста
Базовый	«3»	Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту
Пониженный	«2»	Учащийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста показателей физической подготовленности

Уровни усвоения	Отметка по пятибалльной шкале	Показатели выполнения
Высокий	«5»	95-100 %
Повышенный	«4»	75-94 %

Базовый	«3»	51-74 %
Пониженный	«2»	0-50 %

Уровень физической подготовленности обучающихся 6-х классов

Контрольные упражнения	мальчики			девочки		
	3	4	5	3	4	5
Бег 30 метров	6.2	5.8	5.0	6.8	6.0	5.4
Бег 60 метров	11.6	10.8	10.2	12.0	11.0	10.7
Бег 1000 метров	7.0	6.0	5.0	7.30	6.30	5.30
Челночный бег 3*10м	9.8	9.0	8.4	10.	9.4	8.8
Прыжки в длину с места	125	145	160	110	130	155
Прыжки в длину с разбега	2.50	3.00	3.30	2.20	2.50	2.90
Прыжки в высоту	80	95	105	70	80	95
Прыжки через скакалку за 1 минуту	30	50	60	40	60	70
Метание мяча	20	27	34	14	17	21
Подтягивание на высокой перекладине	3	4	6	-	-	-
Подтягивание на низкой перекладине				8	10	15
Сгибание разгибание рук в упоре лежа	18	20	23	9	11	12
гибкость	3	6	10	4	7	12
Поднимание туловища из положения лежа	20	24	28	18	22	26
Лыжные гонки 1000метров	7.30	7.00	6.30	8.10	7.30	7.00
Лыжные гонки 2000 метров		без	учета	времени	-	-

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Темы	Количество часов	Электронные учебно-методические материалы
1. Зане о физической культуре		В процесса урока
2. Способы двигательной деятельности	6	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3. Физическое совершенствование:		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.1 Лёгкая атлетика	12	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.2 Гимнастика с элементами акробатики	10	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.3 Волейбол	10	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.4 Баскетбол	10	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.5 Лыжная подготовка	20	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
Итого	68	

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Камчатского края
Управление образования администрации Петропавловск-Камчатского городского округа
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 28 имени Г.Ф. Кирдищева»

ПРИНЯТО

Решением методического
объединения учителей
развивающего цикла
Руководитель МО
_____ Мян М.К.
Протокол №1
от 26 августа 2022 года

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР
_____ Ю.А. Емельянова
Приказ №
от 29 августа 2022 года

УТВЕРЖДАЮ

Директор
_____ Е.Ю.
Баневич
Приказ №
от 30 августа 2022года

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
рабочей программе учебного предмета
«Физическая культура», 6 «А» класс

Учитель: Хамайко Алиса Александровна,
учитель физкультуры

Номер урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Корректировка
	план	факт			
			1 Четверть	16	
1			Входной мониторинг. Техника безопасности.	1	
2			Анализ мониторинга Олимпийские игры древности	1	
3			Бег 30 м	1	
4			Бег 60 м	1	
5			Прыжок в длину с места и с разбега	1	
6			Бег 1500 м	1	

7			Метание малого мяча - зачет	1	
8			Бег в равномерном темпе от 10 до 12 мин	1	
9-10			Развитие скоростно-силовых способностей	2	
11			Режим дня и его основное содержание	1	
12			Повторение правил баскетбола. Эстафеты с мячом	1	
13			Стойки и перемещения игрока	1	
14			Перемещения из различных исходных положений	1	
15			Остановки двумя шагами и прыжком	1	
16			Ловля и передача мяча на месте	1	
			2 Четверть	16	
17			Требования и правила на занятиях гимнастикой	1	
18			Организующие команды и приёмы	1	
19			Упражнения общеразвивающей направленности без предметов	1	
20			Упражнения общеразвивающей направленности с предметами	1	
21-22			Опорные прыжки	2	
23-24			Акробатические упражнения и комбинации	2	
25			Промежуточный мониторинг Развитие скоростно-силовых способностей	1	
26			Анализ мониторинга. Гимнастическая полоса препятствий	1	
27			Волейбол: требования и правила. Игра Пионербол	1	
28			Волейбол: передачи мяча сверху	1	
29			Волейбол: приём мяча снизу.	1	

30			Волейбол: упражнения для разминки, игровые задания	1	
31			Волейбол: техника владения мячом	1	
			3 Четверть	20	
32-33			Современные Олимпийские игры. Подвижные игры на снегу	2	
34			Правила лыжных соревнований	1	
35-36			Попеременный двухшажный ход	2	
37-38			Попеременный двухшажный ход. Эстафеты 4 x 100 м	2	
39-40			Одновременный бесшажный ход	2	
41-43			Спуски в Низкой и основной стойке. Подъем елочкой. Дистанция 2 км	3	
44-45			Подвижные игры и эстафеты на лыжах.	2	
46-47			Поворот переступанием	2	
48-49			Правила самостоятельного выполнения упражнений и игр на лыжне	2	
50			Бег на лыжах на результат	1	
51			Резерв	1	
			4 Четверть	16	
52			Волейбол: прямой нападающий удар.	1	
53			Волейбол: техника владения мячом	1	
54			Волейбол: нижняя прямая подача зачет	1	
55			Волейбол как спортивная игра	1	

56-57			Ведение мяча в движении. Ловля и передача мяча в движении	2	
58-59			Комбинация из освоенных элементов (ведение, ловля, передача мяча)	2	
60			Упражнения для разминки, игровые задания. Итоговый мониторинг	1	
61			Бросок мяча одной и двумя руками с места и в движении. Анализ мониторинга	1	
62			Спринтерский бег.	1	
63			Бег 60 м. Анализ мониторинга	1	
64			Прыжок в длину с разбега	1	
65			Бег 1000 м	1	
66			Бег с препятствиями	1	
67			Метание малого мяча	1	
68			Резерв Подведение итогов года	1	

