

Приложение
к основной образовательной
программе основного общего образования

Рабочая программа
по физической культуре
6 класс

Составитель: учитель физической культуры
МАОУ «Порецкая СОШ»
Шильникова Ольга Николаевна

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
 по учебному предмету «Физическая культура»
 6 класс
 68 часов (2 часа в неделю)

№ п\п	Тема урока	Количество часов
1	Спринтерский бег. Эст. афетный бег инструктаж ТБ иот-17-06	1
2	Спринтерский бег. Эстафетный бег.	1
3	Спринтерский бег,	1
4	Прыжки в длину	1
5	прыжки в длину.	1
6	Прыжки в длину.	1
7	Прыжки в высоту	1
8	Прыжки в высоту.Развитие скоростно-силовых способностей	1
9	Метание малого мяча	1
10	Метание малого мяча	1
11	Баскетбол.Стойки и перемещения. Остановки	1
12	Баскетбол. Стойки и остановки	1
13	Ведение мяча. Ловля-передача мяча.	1
14	Ведение мяча. Ловля и передачи	1
15	Бросок мяча в кольцо.Вырывание и Выбивание мяча.	1
16	Бросок мяча в кольцо. Вырывание и выбивание мяча	1
17	Игра в защите. п/и "10 передач	1
18	Игра в защите. п/и 10 передач.	1
19	Владение мячом. Основные приемы игры.У/и	1
20	Владения мячом. Основные приема игры. У/И	1
21	Строевые приемы приемы. Висы и упоры. Лазанье.ИОТ16-06	1
22	Строевые приемы. Висы и упоры. лазание	1
23	Строевые приемы. Висы и упоры. Лазание.	1
24	Строевые приемы. Полоса препятствий	1
25	Развитие координационных способностей	1
26	Упражнения в равновесии. Эстафеты	1
27	Акробатические упражнения опорный прыжок.	1
28	Акробатические упражнения.	1
29	Акробатические упражнения. Опорный прыжок	1
30	Акробатические упражнения. Опорный прыжок	1
31	Акробатические комбинации. Опорный прыжок	1
32	Акробатические комбинации.	1
33	Лыжная подготовка.ПП2ШХ.ООШХ.ТБ на уроках л/п ИОТ-17-06	1
34	Лыжная подготовка. ПП2ШХ, ООШХ	1
35	ПП2ШХ, ОБШХ	1
36	Техника лыжных ходов. Д 2 км	1
37	Техника лыжных ходов. Д до 2-3 км (3)	1

38	Переход с хода на ход. Д-2,5км	1
39	Переход с хода на ход	1
40	Подъем"полуелочкой". Торможение. Д. до 3 км	1
41	Подъемы и спуски	1
42	Спуски и подъемы.Поророт переступанием. Д2,5 км	1
43	Спуски и подъемы, поворот переступанием. Д.2,5 км	1
44	Элементы волейбола. Инструктаж ИОТ-22-06	1
45	Элементы волейбола.	1
46	Элементы волейбола	1
47	Элементы волейбола	1
48	Элементы волейбола. у/и	1
49	Элементы волейбола. У/и	1
50	Волейбол. стойки и передвижения	1
51	Волейбол. стойки и передвижения	1
52	Волейбол. Владение мячом	1
53	Элементы волейбола	1
54	Элементы волейбола	1
55	Беговые упражнения Т/С	1
56	Беговые упражнения.	1
57	Метание мяча	1
58	Метание мяча	1
59	.Прыжок в длину	1
60	Беговые упражнения	1
61	Беговые упражнения	1
62	Метание малого мяча	1
63	Метание малого мяча	1
64	Метание малого мяча	1
65	"Прыжковые упражнения	1
66	"Прыжковые упражнения	1
67	Прыжок в длину с разбега	1
68	Прыжокв высоту с разбега	1