

Рабочая программа по физкультуре для 6 класса разработана с учётом федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования по предмету, примерной программы по учебному предмету «Физическая культура», авторской программы основного общего образования. Физическая культура 5-9 классы. Авторы: А.П. Матвеев, (сборник Рабочие программы. Физическая культура . 5 – 9 классы: учебно–методическое пособие/предметная линия учебников А. П. Матвеева. – М.: Просвещение, 2012. Учебник: Физическая культура. 6 класс А.П. Матвеев; М.: Просвещение, 2015

Тематическое планирование уроков физкультуры для 6 класса

<i>№ урока</i>	<i>Раздел, тема урока</i>	<i>Содержание учебного предмета</i>	<i>Планируемые результаты</i>
1.	Техника старта с опорой на одну руку с последующим ускорением. Дистанция 60 метров.	Инструктаж по техника безопасности на уроках физической культуры. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Терминология спринтерского бега.	Знать технику безопасности. Уметь бегать с максимальной скоростью на дистанцию 60 метров.
2.	Техника старта с опорой на одну руку с последующим ускорением. Дистанция 60 метров. Эстафетный бег.	Техника безопасности на уроках легкой атлетики Развивать скоростные качества Старт с опорой на одну руку; подводящие и специальные беговые и прыжковые упражнения, про бегание 60 метров максимальной скоростью. Эстафетный бег. Освоение техники передачи эстафетной палочки.	Знать технику безопасности. Уметь правильно выполнять основные движения в беге с передачей эстафетной палочки.
3.	Игра в футбол	Развивать скоростно-силовые качества во время учебной игры в футбол Взаимопонимание партнеров во время учебной игры в футбол	Уметь развивать скорость, владение мячом.
4.	Бег с преодолением препятствий. Преодоление препятствий прыжковым бегом.	Специальные беговые упражнения. ОРУ. Освоение техники бега с преодолением препятствий.	Уметь развивать скорость, правильно выполнять основные движения в прыжке.
5.	Метание малого мяча с одного шага	Повторить технику малого мяча с одного шага Развивать скоростную выносливость Метание малого мяча с одного шага; прыжки «в шаге» сериями отталкиваясь на каждом третьем или пятом шаге; пробегание отрезков до 100 м с максимальной скоростью	Уметь правильно выполнять основные движения в метании мяча
6.	Игра в лапту	Гигиенические требования, предъявляемые к одежде для занятий на улице. Развитие скоростно-силовых качеств Воспитание коллективизма в процессе игры.	Уметь развивать скорость, владение мячом, работать в коллективе.

		Различные подачи, передачи, броски мяча, ловля мяча одной и двумя руками; воспитание коллективизма и взаимопонимания во время учебной игры в лапту.	
7.	Отталкивание в прыжках в длину с места, с разбега.	Специальные беговые упражнения с ОРУ. Совершенствовать технику отталкивания в прыжках в длину.	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках, бегать в равномерном темпе.
8.	Метание малого мяча с 3-х шагов разбега	Совершенствовать технику метания малого мяча с 3-х шагов разбега. Развивать скоростные качества. Метание мяча с 3-х шагов, пробегание коротких отрезков до 30 м с максимальной скоростью.	Уметь правильно выполнять основные движения в метании, прыжках.
9.	Подвижные игры и эстафеты	Техника безопасности при проведении подвижных игр на улице. Развивать внимание во время подвижных игр и эстафет. Различные беговые, прыжковые упражнения, метание малого мяча в цель и на дальность; упражнения на развитие внимания.	Знать технику безопасности. Уметь развивать скорость, владение мячом, работать в коллективе
10.	Бег 60 м на результат	Оценить бег 60 м на время со старта с опорой на одну руку. Совершенствовать метание малого мяча с 3-х шагов разбега. Совершенствовать отталкивание в прыжках в длину.	Уметь бегать на короткие дистанции с максимальной скоростью.
11.	Бег 1500 м на результат	Учет бега 1500 м на результат. Развивать скоростно-силовые качества во время игры в футбол..	Уметь бегать на дальние дистанции в равномерном темпе.
12.	Игра в футбол	Первая медицинская помощь при травмах внимания во время учебной игры в футбол. Прием мяча, передачи, обводка (финты), удары по воротам; взаимопонимание.-	Уметь развивать скорость, владение мячом, работать в коллективе.
13.	Баскетбол. Основные правила. Передвижение в стойке баскетболиста. Остановка двумя шагами, остановка прыжком.	Техника безопасности на уроках спортивных игр. Беговые упражнения с ОРУ. Передвижение в стойке баскетболиста. Остановка двумя шагами.	Знать технику безопасности. Уметь владеть мячом в процессе игры.
14.	Ведение мяча правой и левой рукой. Ведение с изменением направления	Беговые упражнения с ОРУ. Ведение мяча правой и левой рукой шагом и легким бегом;	Уметь владеть мячом в процессе игры.

	движения.		
15.	Ведение мяча правой и левой рукой. Ведение с изменением направления движения.	Беговые упражнения с ОРУ. Повторить стойки передвижения, остановку двумя шагами. Ведение мяча правой и левой рукой шагом и легким бегом; передача мяча двумя руками от груди с шагом вперед.	Уметь владеть мячом в процессе игры.
16	Ловля мяча после отскока от пола.	Беговые упражнения с ОРУ. Совершенствовать ведение мяча правой и левой рукой. Ловля мяча после отскока от пола.	Уметь владеть мячом в процессе игры.
17	Передача мяча двумя руками от груди	Ознакомить с передачей мяча со сменой мест в тройках. Совершенствовать ведение мяча правой и левой рукой..	Уметь владеть мячом в процессе игры.
18.	Игра во флорбол	Беговые упражнения. ОРУ. Правила игры во флорбол. Развитие скоростно-силовых качеств во время учебной игры.	Уметь владеть мячом (держать, передавать, ловля ведение, броски) в процессе игры.
19.	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения.	Беговые упражнения. ОРУ. Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения. Совершенствовать ведение мяча правой и левой рукой.	Уметь владеть мячом (держать, передавать, ловля ведение, броски) в процессе игры.
20.	Бросок мяча в корзину двумя руками от груди после ведения.	Беговые упражнения. ОРУ. Бросок мяча в корзину двумя руками от груди после ведения.	Уметь владеть мячом (держать, передавать, ловля ведение, броски) в процессе игры.
21.	Игра в пионербол	Развитие скоростно-силовых качеств во время учебной игры в пионербол. Помощь и взаимовыручка во время игры. Тактические действия при нападении во время учебной игры в пионербол.	Уметь владеть мячом в процессе игры.
22.	Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке.	Беговые упражнения. ОРУ. Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке.	Уметь владеть мячом (держать, передавать, ловля ведение, броски) в процессе игры.
23.	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке.	Беговые упражнения с ОРУ. Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке.	Уметь владеть мячом (держать, передавать, ловля ведение, броски) в процессе игры.
24.	Подвижные игры и эстафеты	Развитие скоростно-силовых качеств, ловкости, взаимопомощи вовремя подвижных игр и эстафет.	Уметь развивать скорость, владение мячом, работать в коллективе
25.	Технико-тактические действия баскетболистов Вбрасывание мяча	Беговые упражнения. ОРУ. Технико-тактические действия баскетболистов. Броски мяча в корзину.	Уметь владеть мячом (держать, передавать, ловля ведение, броски) в процессе игры.

	судьей		
26.	Передача мяча с лицевой линии. Технико- тактические действия игроков обороняющейся команды и атакующей. Ведение мяча, закрепление.	Беговые упражнения. ОРУ. Ведения мяча.	Уметь владеть мячом (держат, передавать, ловля ведение, броски) в процессе игры.
27.	Игра в баскетбол.	Техника безопасности в ходе игры.	Уметь владеть мячом (держат, передавать, ловля ведение, броски) в процессе игры.
28.	Техника кувырка вперед Т.С.-ИОТ- 017	Техника безопасности на уроках гимнастики. Повторить перекаты вперед-назад, сохраняя полную группировку; кувырок вперед с помощью и самостоятельно. Технику кувырка вперед Разучить комплекс упражнений для утренней зарядки.	Знать технику безопасности. Уметь выполнять акробатические элементы.
29.	Техника кувырка назад	Техника безопасности при выполнении акробатических упражнений. Разучить два кувырка вперед слитно. Повторить технику кувырка назад. Два кувырка вперед слитно, выполняя первый кувырок несколько энергичнее; кувырок назад на наклонной плоскости; кувырок назад с помощью и самостоятельно.	Знать технику безопасности. Уметь выполнять акробатические элементы
30.	Играть в баскетбол	Совершенствование ранее изученных элементов и приемов баскетбола (ведение, передачи, броски) вовремя учебной игры.	Уметь владеть мячом (держат, передавать, ловля ведение, броски) в процессе игры.
31.	«Мост» из положения стоя с помощью.	Ознакомить с техникой выполнения «моста» из положения стоя с помощью. Совершенствовать два кувырка вперед слитно. Разучить кувырок назад в стойку на одном колени. Два кувырка вперед слитно в темпе са- мостоятельно; кувырок назад в стойку на одном колени (медленно, по фазам, с помощью); подводящие упражнения к выполнению «моста» у гимнастической стенки, стоя спиной.	Уметь выполнять акробатические элементы
32.	Учебная комбинация 1. Техника выполнения упор присев перека назад в стойку на	Выполнение на оценку техники двух кувырков вперед слитно; кувырок назад в стойку на одном колени самостоятельно; «мост» из положения стоя с помощью (помогают двое учеников, которые сцепив руки, поддерживают под спину); лежа на	Уметь выполнять акробатические элементы

	лопатках.	спине поднимание прямых ног до касания носками пола за головой.	
33.	Игра в пионербол	Первая медицинская помощь при переломах. Развитие скоростно-силовых качеств во время учебной игры. Командные тактические действия в защите во время учебной игры в пионербол	Уметь владеть мячом (держать, передавать, ловля ведение, броски) в процессе игры.
34.	Учебная комбинация 2. Техника выполнения кувырка из стойки на лопатках.	Учет выполнения техники кувырка назад в стойку на одном колене. Совершенствовать «мост» из положения стоя с помощью. Подъем переворотом махом одной и толчком другой. Техника выполнения кувырка из стойки на лопатках.	Уметь выполнять акробатические элементы
35.	«Мост» из положения стоя с помощью.	Учет выполнения «моста» из положения стоя с помощью. Совершенствовать подъем переворотом махом одной и толчком другой размахивание в упоре (мальчики) и висе (девочки). Разучить соскок на брусках (девочки). Выполнение на оценку «моста» из положения стоя с помощью; подъем переворотом махом одной и толчком другой на низкой перекладине (мальчики) и нижней жерди брусков (девочки); размахивание в упоре на руках (мальчики) и висе (девочки) на брусках; из упора на нижней жерди - махом назад соскок с поворотом на 90 ° (девочки)	Уметь выполнять акробатические элементы
36.	Подвижные игры и эстафеты	Комплекс упражнений для утренней зарядки с предметами; развитие скоростно-силовых качеств с помощью подвижных игр. Разучить игру «Боевые петухи».	Уметь выполнять упражнения в равновесии Играть игры с бегом, прыжками.
37.	Техника подъема переворотом в упор	Совершенствовать размахивание в упоре(м) и висе(д). Разучить соскоки. Выполнение на оценку подъема переворотом	Уметь выполнять акробатические элементы
38.	Упражнения на брусках (мальчики) и бревне(девочки).	Выполнение на оценку размахивания в упоре (мальчики) и висе (девочки) на брусках; соскок махом вперед (мальчики) и махом назад с поворотом на 90° (девочки) на брусках; упражнения на бревне(девочки). Ознакомить с упражнениями в равновесии (девочки).	Уметь выполнять акробатические элементы
39.	ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке.	ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке. Совершенствование ранее разученных элементов и приемов баскетбола во время учебной игры; тактические действия - персональная защита	Уметь выполнять акробатические элементы

40	Лазание по канату в два приема	Техника безопасности при выполнении упражнений на гимнастических снарядах. Повторить лазание по канату в три приема. Учет выполнения соскоков на брусках. Выполнение на оценку соскока махом вперед (мальчики) и махом назад (девочки с поворотом на 90° (девочки) на брусках; упражнения на бревне; лазание по канату в два приема (выполняется медленно, по фазам). упражнения на бревне(девочки)	Знать технику безопасности. Уметь выполнять акробатические элементы.
41.	Опорный прыжок через козла «ноги врозь»	Ознакомить с опорным прыжком через козла «ноги врозь». Упражнения на бревне (девочки); лазание по канату в три приема; из упора лежа - толчком ног перейти в упор стоя согнувшись - ноги врозь, а затем быстро выпрямиться лазание по канату в три приема	Уметь выполнять акробатические элементы
42	Игра в баскетбол	Совершенствование ранее разученных элементов и приемов баскетбола во время учебной игры; тактические действия - персональная защита. Комплекс упражнений для утренней зарядки с отягощениями	Уметь владеть мячом (держат, передавать, ловля ведение, броски) в процессе игры.
43.	Лазание по канату в два приема	Выполнение упражнений на бревне (девочки); лазание по канату в два приема.	Уметь выполнять акробатические элементы
44.	Опорный прыжок через козла «ноги врозь»	Техника безопасности при выполнении опорных прыжков. Повторить лазание по канату в три приема. Совершенствовать опорный прыжок через козла в ширину «ноги врозь» с помощью и страховкой.	Уметь выполнять акробатические элементы
45.	Лазание по канату в два приема	Выполнение на оценку техники лазания по канату в два приема; опорный прыжок через козла в ширину «ноги врозь» с помощью и самостоятельно	Уметь выполнять акробатические элементы
46.	Опорный прыжок через козла «ноги врозь»	Выполнение техники опорного прыжка через козла в ширину «ноги врозь»; правила преодоления гимнастической полосы препятствий.	Уметь выполнять акробатические элементы
47.	Игра в пионербол	Развитие скоростно-силовых качеств во время учебной игры. Командные тактические действия в защите во время учебной игры в пионербол	Уметь владеть мячом (держат, передавать, ловля ведение, броски) в процессе игры.
48.	Гимнастическая полоса препятствий	Первая медицинская помощь при кровотечениях Развитие двигательных качеств и координации при преодолении гимнастической полосы препятствий, включающую в себя акробатические упражнения, упражнения на снарядах, опорные прыжки.	Уметь выполнять акробатические элементы

49.	Попеременный двухшажный и одновременный одношажный ход Т.С.-ИОТ-019	Техника безопасности на уроках лыжной подготовки Повторить технику попеременного двухшажного хода Ознакомить с техникой одновременного одношажного хода	Уметь выполнять основы лыжного хода.
50.	Основы лыжного хода. Одновременные: бесшажный, одношажный, двухшажный лыжный ход.	Влияние занятий лыжным спортом на здоровье. Повторить технику попеременного двухшажного хода Ознакомить с техникой одновременного одношажного хода.	Уметь выполнять основы лыжного хода.
51.	Техника подъема в гору «елочкой». Одновременный одношажный ход.	Ознакомить с техникой подъема в гору «елочкой», Разучить технику одновременного одношажного хода.	Уметь выполнять основы лыжного хода.
52.	Одновременный двухшажный лыжный ход	Техника безопасности при выполнении подъемов в гору. Разучит технику попеременного двухшажного хода Одновременный двухшажный лыжный ход	Уметь выполнять основы лыжного хода.
53.	Попеременный двухшажный ход. Поворот при спуске «полуплугом»	Повторить двухшажный ход. одновременный одношажный ход. Ознакомить с техникой поворота при спуске «полуплугом». Развивать выносливость. Одновременный одношажный ход - скольжение на равнине на расстоянии 40-50 м с наименьшим количеством отталкиваний; подъем «елочкой» на пологом подъеме; спуск «полуплугом» по линии склона; прохождение дистанции до 2 км, используя попеременный двухшажный ход.	Уметь выполнять основы лыжного хода.
54.	Передача мяча сверху	Техника безопасности игры в волейбол. Правила игры, Передача мяча сверху.	Уметь владеть мячом (держать, передавать, ловля) в процессе игры.
55.	Одновременный одношажный ход, двухшажный. Подъем в гору «елочкой».	Повторить технику одновременного одношажного, двухшажного хода. Повторить технику подъема в гору «елочкой». Развивать координацию движений. Прохождение дистанции до 4 км в невысоком темпе.	Уметь выполнять основы лыжного хода.
56.	Передача мяча снизу.	Техника безопасности игры в волейбол. Правила игры, Передача мяча сверху. Ознакомление с техникой передача мяча снизу.	Уметь владеть мячом (держать, передавать, ловля) в процессе игры.
57.	Попеременный двухшажный ход. Поворот при	Передвижение попеременным двух шажным ходом по равнине; поворот «полуплугом» влево и остановка, поворот «полуплугом»	Уметь выполнять основы лыжного хода.

	спуске «полуплугом».	вправо и остановка; на равнине - прохождение небольших отрезков с максимальной скоростью.	
58.	Комбинированные сочетания попеременных ходов.	Первая медицинская помощь при обморожениях. Комбинированные сочетания попеременных ходов.	Уметь развивать скорость, силовые качества, координацию во время подвижных игр
59.	Одновременный одношажный, двухшажный ход. Подъем в гору «елочкой».	Выполнение на оценку техники передвижения одновременным одношажным, двухшажным ходом; подъем «елочкой» в крутую гору; прохождение дистанции до 4 км, используя ранее разученные лыжные ходы.	Уметь выполнять основы лыжного хода.
60.	Нижняя боковая подача.	Первая медицинская помощь при травмах на занятиях лыжной подготовкой. Повторить приемы передачи сверху, снизу. Ознакомиться с нижней боковой передачей.	Уметь владеть мячом (держат, передавать, ловля) в процессе игры.
61.	Попеременный двухшажный ход. Поворот при спуске «полуплугом»	На равнине выполнение на оценку техники передвижения попеременным двухшажным ходом; последовательные повороты «полуплугом» вправо и влево, прохождение дистанции до 4 км, используя ранее разученные лыжные ходы.	Уметь выполнять основы лыжного хода.
62.	Передача мяча сверху через сетку.	История, девиз, символика, ритуал Олимпийских. Повторить приемы мяча сверху, снизу, прямая подача. Ознакомиться с передачей мяча сверху через сетку.	Уметь владеть мячом (держат, передавать, ловля) в процессе игры.
63.	Прохождение дистанции 2 км на результат	Прохождение дистанции 2 км на результат; подвижные игры и эстафеты на лыжах; прохождение дистанции до 4 км с небольшой интенсивностью используя ранее разученные лыжные ходы.	Уметь выполнять основы лыжного хода.
64.	Игра в волейбол	Поддержание репродуктивной функции человека средствами физической культуры. Командные действия в игре в волейбол.	Уметь владеть мячом (держат, передавать, ловля) в процессе игры.
65.	Подъем в гору «елочкой»	Выполнение техники подъема «елочкой» на горе средней крутизны на оценку; прохождение дистанции до 6 км по пересеченной местности с ускорениями на отдельных отрезках.	Уметь выполнять основы лыжного хода.
66.	Подвижные игры и эстафеты	Влияние занятий физическими упражнениями на развитие телосложения. Разучить игру «Пятнашки (салки)».	Уметь развивать скоростно-силовые качества во время проведения подвижных игр и эстафет.
67.	Поворот при спуске «полуплугом».	Выполнение на оценку техники поворота при спуске «полуплугом»; прохождение дистанции до 6 км в средней темпе, используя ранее разученные лыжные ходы.	Уметь выполнять основы лыжного хода.

68.	Коньковый без толчков руками	Методика проведения самостоятельных занятий лыжным спортом. Повторить лыжные ходы одновременные и попеременные. Коньковый ход без толчков руками.	Уметь выполнять основы лыжного хода.
69.	Повороты: переступанием, махом, в движении.	Классификация лыжных ходов. Коньковых ход без толчков. Повороты: переступанием, махом, в движении.	Уметь выполнять основы лыжного хода.
70.	Коньковый с попеременной и одновременной работой рук.	Коньковых ход без толчков. Повороты: переступанием, махом, в движении. Коньковый с попеременной и одновременной работой рук.	Уметь выполнять основы лыжного хода.
71.	Способы торможения. Торможение палками сбоку и между лыж.	Коньковый с попеременной и одновременной работой рук. Прохождение дистанции до 5 км. Способы торможения. Торможение палками сбоку и между лыж.	Уметь выполнять основы лыжного хода.
72.	Торможение падением. Повороты рулением, упором, на параллельных лыжах.	Повторение способы торможения. Торможение палками сбоку и между лыж, падением. Повороты рулением, упором, на параллельных лыжах. Прохождение дистанции до 5 км.	Уметь выполнять основы лыжного хода.
73.	Игра в волейбол	Повторить приемы подачи мяча. Командные действия в игре в волейбол.	Уметь владеть мячом (держат, передавать, ловля) в процессе игры.
74.	Техника преодоление препятствий на лыжах (канав, кустов, обрывов, изгородей).	Техника преодоление препятствий на лыжах (канав, кустов, обрывов, изгородей). Повторение пройденного материала на лыжах. Прохождении дистанции до 5 км.	Уметь выполнять основы лыжного хода.
75.	Прохождении дистанции 3 км. на оценку.	Прохождение дистанции 2 км на результат; подвижные игры и эстафеты на лыжах.	Уметь выполнять основы лыжного хода.
76.	Подвижные игры и эстафеты	ОРУ в движении. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь развивать скоростно-силовые качества во время проведения подвижных игр и эстафет
77.	Приемы подачи мяча.	ОРУ в движении. Приемы подачи мяча. Командные действия в игре в волейбол.	Уметь владеть мячом (держат, передавать, ловля) в процессе игры.
78.	Игра в волейбол	Повторить приемы подачи мяча. Командные действия в игре в волейбол.	Уметь владеть мячом (держат, передавать, ловля) в процессе игры.

79.	Преодоление планки в прыжках в высоту Т.С. -ИОТ-018. Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание».	Техника безопасности при проведении занятий по прыжкам в высоту. Преодоление планки с трех шагов разбега (место толчка обозначить); учить правильным движениям маховой и толчковой ногой, выполняя прыжок с небольшого разбега.	Знать технику безопасности Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках.
80.	Техника прыжка в высоту в целом.	Повторить технику преодоления планки. Совершенствовать технику прыжка в высоту в целом. Развивать прыгучесть с помощью специальных прыжковых упражнений.	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках.
81.	Играть в баскетбол	Взаимодействия игроков при игре в защите; выполнение ранее изученных элементов и приемов во время учебной игры.	Уметь владеть мячом (держат, передавать, ловля) в процессе игры.
82.	Прыжок в высоту способом «перешагивания» на результат.	Специальные прыжковые упражнения; выполнение на оценку техники преодоления планки; прыжок в высоту способом «перешагивания» на результат.	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках.
83.	Ловля и передача мяча двумя руками от груди Т.С.-ИОТ -021	Техника безопасности на уроках спортивных игр. Ведение мяча правой и левой рукой легким бегом; передача мяча двумя руками от груди со сменой мест в тройках; бросок мяча в кольцо со средней дистанции удобным способом (двумя руками от груди и головы, одной от плеча и головы).	Знать технику безопасности Уметь владеть мячом (держат, передавать, ловля ведение, броски) в процессе игры.
84.	Игра в волейбол, пионербол	В чем выражается взаимосвязь физической культуры личности с общей культурой общества. Индивидуальные действия игроков в защите во время учебной игры.	Уметь владеть мячом (держат, передавать, ловля ведение, броски) в процессе игры.
85.	Ведение мяча левой и правой рукой.	Ведение мяча правой и левой рукой при беге в среднем темпе; передача мяча двумя руками от груди в движении (шагом) в парах; бросок мяча после ведения и двух шагов из-под кольца - схема движений.	Уметь владеть мячом (держат, передавать, ловля ведение, броски) в процессе игры.
86.	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения.	Ведение мяча правой и левой рукой; передача мяча двумя руками от груди в движении в парах; бросок мяча в кольцо одной рукой с поддержкой другой после ведения (из-под кольца, после двух шагов).	Уметь владеть мячом (держат, передавать, ловля ведение, броски) в процессе игры.
87.	Подвижные игры и эстафеты.	Зачем отслеживать физическую нагрузку вовремя самостоятельных занятий. Разучить игру «Колесо». Развивать координацию движений.	Уметь развивать скоростно-силовые качества во время проведения подвижных игр и эстафет.
88.	Передача мяча в движении в парах.	Ведение мяча правой и левой рукой с изменением скорости передвижения; выполнение на оценку передачи двумя	Уметь владеть мячом (держат, передавать, ловля ведение, броски) в процессе

		руками от груди в движении в парах; бросок мяча в кольцо в движении (после ведения и двух шагов).	игры.
89.	Учебная игра в баскетбол.	Выполнение ранее разученных элементов и приемов, тактических действий во время учебной игры в баскетбол.	Уметь владеть мячом (держат, передавать, ловля ведение, броски) в процессе игры.
90.	Игра в баскетбол.	Совершенствование ранее разученных элементов и приемов силовых качеств, тактической подготовки во время учебной игры в баскетбол.	Уметь владеть мячом (держат, передавать, ловля ведение, броски) в процессе игры.
91.	Техника метания малого мяча с 3-х шагов разбега Т.С.-ИОТ-018	Техника безопасности на уроках легкой атлетики. Повторить технику метания малого мяча с 3-х шагов разбега. Совершенствовать отталкивание в прыжках в длину.	Знать технику безопасности на уроках легкой атлетики. Уметь выполнять основные движения в метании мяча.
92.	Техника прыжка в длину в целом.	Совершенствовать технику прыжка в длину способом «согнут ноги» в целом. Повторить метание мяча с разбега. Развивать скоростные качества.	Уметь выполнять основные движения в метании мяча, прыжках.
93.	Игра в футбол.	Тактические действия игроков в нападении Развитие скоростно-силовых качеств во время учебной игры в футбол.	Уметь владеть мячом (держат, передавать, ловля ведение) в процессе игры.
94.	Бег 60 м на результат	Выполнение на оценку бега 60 м с высокого старта; метание малого мяча с 5-ти шагов разбега; прыжок в длину способом «согнут ноги» в целом.	Уметь выполнять упражнение с максимальной скоростью.
95.	Развитие быстроты Мальчики 4-10 м. Девочки 3-10 м.	Влияние занятий физическими упражнениями на вредные привычки. ОРУ в движении. Развитие быстроты Мальчики 4-10 м. Девочки 3-10 м.	Уметь выполнять упражнение с максимальной скоростью.
96.	Подвижные игры и эстафеты	Основные формы занятий физической культурой. ОРУ. Повторить ранее разученные любимые подвижные игры учащихся. Подтягивание.	Уметь развивать скоростно-силовые качества во время проведения подвижных игр и эстафет.
97.	Бег 1500 м на результат.	Специальные беговые упражнения; бег 1500 м на результат; совершенствование ранее разученных элементов и приемов во время учебной игры в футбол	Уметь бегать в равномерном темпе.
98.	Челночный бег 3-10 м.	ОРУ. Специальные беговые упражнения. Челночный бег 3-10 м. Совершенствование ранее разученных элементов и приемов во время учебной игры в футбол.	Уметь бегать с максимальной скоростью.
99.	Игра в Ляпту	ОРУ.	Уметь бегать с

		Специальные беговые упражнения.. Игра в Лапту.	максимальной скоростью.
100..	Передвижение в вися на «рукоходе», отжимание на параллельных брусьях.	ОРУ, бег 1000 м., Передвижение в вися на «рукоходе», отжимание на параллельных брусьях.	Уметь передвигаться в вися на «рукоходе».
101	Выполнение контрольных тестов	Техника безопасности при занятиях физическими упражнениями во время летних каникул. Проверить физическую подготовленность учащихся: сдача нормативов в прыжках в длину с места и в подтягивании на высокой (мальчики) и низкой (девочки) перекладине.	Знать технику безопасности.
102.	Игра в футбол	Подведение итогов за учебный год. Дать индивидуальные задания и рекомендации учащимся на летний период. Игра в футбол.	Подведение итогов за учебный год.