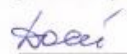


«Рассмотрено»

на заседании ШМО
гуманитарного цикла

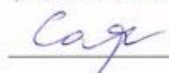
 /Л.А.
Достоевская

Протокол № 1

«30» августа 2014 г.

«Согласовано»

Заместитель директора по УВР

 / Н.В. Сафонова/

«1» сентября 2014 г.

«Утверждаю»

Директор ГБОУ ООШ № 18

г. Новокуйбышевска

 / А.Р. Исмаилова/

«2» сентября 2014 г.



Календарно - тематическое планирование
учителя государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области
основной общеобразовательной школы № 18 города Новокуйбышевска
городского округа Новокуйбышевск Самарской области

Зайчикова Романа Сергеевича

6 класс

2014 - 2015 учебный год

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 класс

№ п/п	Наименование раздела программы	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовленности обучающихся	Вид контроля	Д/з	Дата проведения	
									План	Факт
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1	Лёгкая атлетика	Спринтерский бег, эстафетный бег	4	Вводный	Высокий старт 15-30м, бег по дистанции (40-50м); специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств. Инструктаж по ТБ. Терминология спринтерского бега.	Знать инструкцию по ТБ на занятиях л/а. Уметь пробегать с максимальной скоростью 30м.		Комплекс 1		
				Комбинированный	Высокий старт 15-30м, бег по дистанции (40-50м); специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств. Измерение результатов.	Уметь пробегать с максимальной скоростью 60м.		Комплекс 1		
				Совершенствование ЗУН	Высокий старт 15-30м, финиширование. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств. Старты из различных положений.	Уметь пробегать с максимальной скоростью 60м.		Комплекс 1		
				Учётный	Бег 60м на результат. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие спортивных качеств.	Уметь пробегать с максимальной скоростью 60м.	Мальчики: 10,0; 10,6; 10,8 Девочки: 10,4; 10,8; 11,2	Комплекс 1		
	Прыжок в длину способом «согнув ноги», метание малого мяча	3	Комбинированный	Прыжок в длину с 7-9 шагов. Метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1x1) с 8-10м. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Терминология прыжков в длину.	Уметь прыгать в длину с разбега, метать мяч в мишень и на дальность.		Комплекс 1			
			Комбинированный	Прыжок в длину с 7-9 шагов. Метание теннисного мяча на заданное расстояние. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Терминология метания.	Уметь прыгать в длину с разбега, метать мяч в мишень и на дальность.		Комплекс 1			

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
				Учётный	Прыжок в длину с 7-9 шагов. Метание теннисного мяча на дальность. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь прыгать в длину с разбега, метать мяч в мишень и на дальность.	Оценка техники прыжка в длину и метания малого мяча.	Комплекс 1		
		Бег на средние дистанции	1	Комбинированный	Бег 1000м (мин) на результат. ОРУ. Спортивные игры. Развитие выносливости.	Уметь пробегать дистанцию 1000м на результат.	М: 5,00; 5,30; 6,00. Д: 5,30; 6,00; 6,20	Комплекс 1		
2	Кроссовая подготовка	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий	4	Комбинированный	Равномерный бег до 10 минут. Бег в гору. Преодоление препятствий. Спортивные игры. Развитие выносливости. Терминология кроссового бега.	Уметь преодолевать препятствия; бегать в равномерном темпе до 10 минут.		Комплекс 1		
	Совершенствование ЗУН			Равномерный бег до 10 минут. Бег в гору. Преодоление препятствий. Спортивные игры. Развитие выносливости.	Уметь в равномерном темпе бегать до 10 минут; преодолевать препятствия.		Комплекс 1			
	Совершенствование ЗУН			Равномерный бег до 12 минут. Бег под гору. Преодоление препятствий. Спортивные игры. Развитие выносливости.	Уметь в равномерном темпе бегать до 12 минут.		Комплекс 1			
	Совершенствование ЗУН			Равномерный бег 15 минут. Преодоление препятствий. Спортивные игры. Развитие выносливости.	Уметь в равномерном темпе бегать до 15 минут.		Комплекс 1			

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
3	Гимнастика	Висы. Строевые упражнения	4	Изучение нового материала	Техника безопасности на уроках гимнастики. Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. Подъем переворотом в упор. ОРУ на месте без предметов. Сед «ноги врозь» (мальчики). Вис лежа. Вис присев (девочки). Эстафеты. Развитие силовых способностей.	Знать ТБ на уроках гимнастики, страховку и помощь при выполнении гимнастических упражнений. Уметь выполнять строевые упражнения, висы.		Комплекс 2		
				Совершенствование ЗУН	Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. Подъем переворотом в упор (мальчики). Вис лежа. Вис присев (девочки). Эстафеты. ОРУ на месте без предметов. Развитие силовых способностей. Значение гимнастических упражнений для развития силовых способностей.	Уметь выполнять строевые упражнения, висы.		Комплекс 2		
				Совершенствование ЗУН	Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. ОРУ на месте без предметов. Подъем переворотом в упор (мальчики). Вис лежа. Вис присев (девочки). Эстафеты. Развитие силовых способностей.	Уметь выполнять строевые упражнения, висы.		Комплекс 2		
				Учётный	Выполнение на технику. Подъем переворотом в упор (мальчики). Вис лежа. Вис присев (девочки). Выполнение подтягивания в виси. Развитие силовых способностей.	Уметь выполнять строевые упражнения, висы.	Оценка техники выполнения упражнений.	Комплекс 2		
		Прикладные упражнения, упражнения в равновесии	4	Изучение нового материала	Передвижения (ходьбой, бегом, прыжками) по наклонной ограниченной площадке. Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять строевые упражнения, прикладные упражнения.		Комплекс 2		

				Совершенство- вание ЗУН	Передвижения (ходьбой, бегом, прыжками) по наклонной ограниченной площади. Преодоление препятствий прыжком. ОРУ в движении. Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять строевые упражнения, прикладные упражнения.		Ком- плекс 2		
--	--	--	--	-------------------------------	---	---	--	-----------------	--	--

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
				Совершенство- вание ЗУН	Переноска партнера на спине. ОРУ в движении. Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять строевые упражнения, прикладные упражнения.		Ком- плекс 2		
				Учётный	Преодоление препятствий прыжком. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять строевые упражнения, преодолевать препятствия.	Оценка техники выполнения прикладных упражнений.	Ком- плекс 2		
		Акробатика, лазание	4	Изучение нового материала	Кувырок вперёд, назад, стойка на лопатках - выполнение комбинации. Два кувырка вперёд слитно. ОРУ с предметами. Развитие координационных способностей.	Уметь выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации.		Ком- плекс 2		
				Комплек- сный	Два кувырка вперед слитно. Мост из положения стоя с помощью. ОРУ с предметами. Лазание по канату в три приема. Развитие координационных способностей.	Уметь выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации.		Ком- плекс 2		
				Совершенство- вание ЗУН	Два кувырка вперед слитно. Мост из положения стоя с помощью. ОРУ с предметами. Лазание по канату в три приема. Развитие координационных способностей.	Уметь выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации.		Ком- плекс 2		
				Учётный	Два кувырка вперед слитно. Мост из положения стоя с помощью. ОРУ с предметами. Лазание по канату в три приема. Развитие координационных способностей.	Уметь выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Выполнение кувырков на технику. Лазание по канату на расстоянии 4 - 6м.	Ком- плекс 2		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
4	Спортивные игры	Баскетбол	16	Изучение нового материала	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Передача мяча двумя руками от груди в движении. Сочетание приемов ведение, передача, бросок. Игра в мини-баскетбол Развитие координационных способностей. Правила игры в баскетбол.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Ком-плекс 3		
				Комбини-рованный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока Остановка двумя шагами. Передача мяча двумя руками от груди в движении. Сочетание приемов ведение, передача, бросок. Игра в мини-баскетбол Развитие координационных способностей.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Ком-плекс 3		
				Комбини-рованный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока, остановка двумя шагами. Передача мяча двумя руками от груди в движении. Сочетание приемов ведение, переда-	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические		Ком-плекс 3		

					ча, бросок. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	приемы.				
				Комбинированный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Остановка двумя шагами. Передача мяча двумя руками от груди в движении. Сочетание приемов ведения, передача, бросок. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. Правила игры в баскетбол.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.	Оценка техники ведения мяча с изменением направления и высоты отскока.	Комплекс 3		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
				Комбинированный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока, остановка двумя шагами. Передача мяча двумя руками от груди в движении. Сочетание приемов ведения, передача, бросок. Игра в мини-баскетбол.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Комплекс 3		
				Изучение нового материала	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча двумя руками от груди в парах на месте и в движении. Игра 2х2,3х3. Развитие координационных способностей. Терминология баскетбола.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Комплекс 3		
				Комбинированный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока.	Уметь играть в баскетбол по		Комплекс 3		

					Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча двумя руками от груди в парах на месте и в движении. Игра 2х2,3х3. Развитие координационных способностей. Терминология баскетбола.	упрощенным правилам, выполнять технические приемы.				
				Комбинированный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча двумя руками от груди, от головы, от плеча в парах на месте и в движении. Игра 2х2, 3х3. Развитие координационных способностей.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Комплекс 3		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
				Комбинированный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча двумя руками от груди, от плеча, от головы в парах на месте и в движении. Игра 2х2, 3х3. Развитие координационных способностей. Терминология баскетбола	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.	Оценка техники броска мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча.	Комплекс 3		
				Комбинированный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Комплекс 3		

					Передача мяча двумя руками от груди, от плеча, от головы в парах на месте и в движении. Игра 2х2, 3х3. Развитие координационных способностей. Терминология баскетбола.					
				Комбинированный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча двумя руками от груди в парах на месте и в движении. Игра 2х2,3х3. Развитие координационных способностей. Терминология баскетбола.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.			Комплекс 3	
				Изучение нового материала	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки. Передачи мяча в тройках в движении. Позиционное нападение 5:0. Развитие координационных способностей. Терминология баскетбола.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.			Комплекс 3	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
				Комбинированный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки. Передачи мяча в тройках в движении. Позиционное нападение 5:0. Развитие координационных способностей. Терминология баскетбола.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.			Комплекс 3	
				Комбинированный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват	Уметь играть в баскетбол по упрощенным			Комплекс 3	

					мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки. Передачи мяча в тройках в движении. Позиционное нападение 5:0. Развитие координационных способностей. Терминология баскетбола.	правилам, выполнять технические приемы.				
				Комбинированный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки. Передачи мяча в тройках в движении со сменой мест. Позиционное нападение 5:0. Развитие координационных способностей. Терминология баскетбола.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.	Оценка техники броска одной рукой от плеча после остановки.	Комплекс 3		
				Комбинированный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок двумя руками от головы после остановки. Передачи мяча в тройках в движении со сменой мест. Позиционное нападение 5:0. Развитие координационных способностей. Терминология баскетбола.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Комплекс 3		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
5	Спортивные игры	Волейбол	12	Изучение нового материала	Стойки и передвижение игрока. Передача мяч сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Игра по упрощенным правилам. Техника безопасности.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Комплекс 3		
				Комбинированный	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах	Уметь играть в волейбол по		Комплекс 3		

					и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам. Физическая культура и ее значение в формировании здорового образа жизни.	упрощенным правилам, выполнять технические приемы.				
				Совершенствование ЗУН	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в прах. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Комплекс 3		
				Совершенствование ЗУН	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в прах. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Комплекс 3		
				Комплексный	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.	Оценка техники передачи мяча двумя руками сверху в парах.	Комплекс 3		
				Совершенствование ЗУН	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Комплекс 3		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
				Совершенствование ЗУН	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Нижняя прямая подача	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять		Комплекс 3		

					мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	технические приемы.				
				Комплексный	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.	Оценка техники приема мяча двумя руками снизу в парах.	Комплекс 3		
				Совершенствование ЗУН	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов в парах. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Комплекс 3		
				Совершенствование ЗУН	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов в парах. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Комплекс 3		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----

				<p>Совершенство- вание ЗУН</p>	<p>Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов в парах. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.</p>	<p>Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.</p>	<p>Оценка техники нижней прямой подачи.</p>	<p>Ком- плекс 3</p>		
				<p>Совершенство- вание ЗУН</p>	<p>Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов в парах. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.</p>	<p>Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.</p>		<p>Ком- плекс 3</p>		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
6	Лыжная подготовка	Освоение техники лыжных ходов	10	Изучение нового материала	Инструкция по ТБ. Скользящий шаг без палок.	Знать технику лыжных ходов.		Комплекс 4		
				Комплексный	Попеременный двухшажный ход. Одновременный двухшажный ход.	Знать технику лыжных ходов.		Комплекс 4		
				Комплексный	Одновременный двухшажный ход. Подъём «ёлочкой».	Знать технику лыжных ходов.		Комплекс 4		
				Комплексный	Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции до 3км.	Знать технику лыжных ходов.		Комплекс 4		
				Комплексный	Одновременный бесшажный ход. Торможение «упором».	Знать технику лыжных ходов.		Комплекс 4		
				Комплексный	Одновременный бесшажный ход. Игра «Остановка рывком».	Знать технику лыжных ходов.		Комплекс 4		
				Комплексный	Одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции до 3,5км.	Знать технику лыжных ходов.		Комплекс 4		
				Комплексный	Торможение и повороты упором. Эстафета с передачей палок.	Знать технику лыжных ходов.		Комплекс 4		
				Комплексный	Прохождение дистанции 1км на время.	Знать технику лыжных ходов.		Комплекс 4		
				Комплексный	Эстафеты с передачей палок. Игра «С горки на горку».	Знать технику лыжных ходов.		Комплекс 4		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
7	Спортивные игры	Волейбол	12	Изучение нового материала	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Игра по упрощенным правилам. Техника безопасности.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Комплекс 5		
				Комбинированный	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам. Физическая культура и ее значение в формировании здорового образа жизни.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Комплекс 5		
				Совершенствование ЗУН	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Комплекс 5		
				Совершенствование ЗУН	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Комплекс 5		
				Комплексный	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.	Оценка техники передачи мяча двумя руками сверху в па-	Комплекс 5		

					упрощенным правилам.		рах.			
				Совершенство- вание ЗУН	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Ком- плекс 5		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
				Совершенство- вание ЗУН	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Ком- плекс 5		
				Комплекс- ный	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.	Оценка техники приема мяча двумя руками снизу в парах.	Ком- плекс 5		
				Совершенство- вание ЗУН	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов в парах. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Ком- плекс 5		
				Совершенство- вание ЗУН	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять		Ком- плекс 5		

					Комбинации из разученных элементов в парах. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	технические приемы.					
--	--	--	--	--	--	---------------------	--	--	--	--	--

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
				Совершенство- вание ЗУН	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов в парах. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	Уметь играть в волей-бол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.	Оценка техники нижней прямой подачи.	Ком-плекс 5		
				Совершенство- вание ЗУН	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов в парах. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	Уметь играть в волей-бол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Ком-плекс 5		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
8	Спортивные игры	Баскетбол	16	Изучение нового материала	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Передача мяча двумя руками от груди в движении. Сочетание приемов ведение, передача, бросок. Игра в мини-баскетбол Развитие координационных способностей. Правила игры в баскетбол.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Комплекс 5		
				Комбинированный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока Остановка двумя шагами. Передача мяча двумя руками от груди в движении. Сочетание приемов ведение, передача, бросок. Игра в мини-баскетбол Развитие координационных способностей.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Комплекс 5		
				Комбинированный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока, остановка двумя	Уметь играть в баскетбол по упрощенным		Комплекс 5		

					шагами. Передача мяча двумя руками от груди в движении. Сочетание приемов ведение, передача, бросок. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	правилам, выполнять технические приемы.				
				Комбинированный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Остановка двумя шагами. Передача мяча двумя руками от груди в движении. Сочетание приемов ведение, передача, бросок. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. Правила игры в баскетбол.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.	Оценка техники ведения мяча с изменением направления и высоты отскока.	Комплекс 5		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
				Комбинированный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока, остановка двумя шагами. Передача мяча двумя руками от груди в движении. Сочетание приемов ведение, передача, бросок. Игра в мини-баскетбол.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Комплекс 5		
				Изучение нового материала	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча двумя руками от груди в парах на месте и в движении. Игра 2х2,3х3. Развитие координационных способностей.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Комплекс 5		

					Терминология баскетбола.					
				Комбинированный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча двумя руками от груди в парах на месте и в движении. Игра 2х2,3х3. Развитие координационных способностей. Терминология баскетбола.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.			Комплекс 5	
				Комбинированный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча двумя руками от груди, от головы, от плеча в парах на месте и в движении. Игра 2х2, 3х3. Развитие координационных способностей.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.			Комплекс 5	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
				Комбинированный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча двумя руками от груди, от плеча, от головы в парах на месте и в движении. Игра 2х2, 3х3. Развитие координационных способностей. Терминология баскетбола	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.	Оценка техники броска мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча.	Комплекс 5		
				Комбинированный	Стойка и передвижение игрока. Ведение	Уметь играть в баскетбол по упрощенным		Комплекс 5		

					мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча двумя руками от груди, от плеча, от головы в парах на месте и в движении. Игра 2х2, 3х3. Развитие координационных способностей. Терминология баскетбола.	правилам, выполнять технические приемы.				
				Комбинированный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча двумя руками от груди в парах на месте и в движении. Игра 2х2,3х3. Развитие координационных способностей. Терминология баскетбола.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Комплекс 5		
				Изучение нового материала	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки. Передачи мяча в тройках в движении. Позиционное нападение 5:0. Развитие координационных способностей. Терминология баскетбола.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Комплекс 5		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
				Комбинированный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки. Передачи мяча в тройках в движении. Позиционное нападение 5:0. Развитие координационных способностей. Терминология	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Комплекс 5		

					баскетбола.					
				Комбини- рованный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки. Передачи мяча в тройках в движении. Позиционное нападение 5:0. Развитие координационных способностей. Терминология баскетбола.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Ком- плекс 5		
				Комбини- рованный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки. Передачи мяча в тройках в движении со сменой мест. Позиционное нападение 5:0. Развитие координационных способностей. Терминология баскетбола.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.	Оценка техники броска одной рукой от плеча после остановки.	Ком- плекс 5		
				Комбини- рованный	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок двумя руками от головы после остановки. Передачи мяча в тройках в движении со сменой мест. Позиционное нападение 5:0. Развитие координационных способностей. Терминология баскетбола.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы.		Ком- плекс 5		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
9	Кроссовая подготовка	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий	4	Комбини- рованный	Равномерный бег до 10 минут. Бег в гору. Преодоление препятствий. Спортивные игры. Развитие выносливости. Терминология кроссового бега.	Уметь преодолевать препятствия; бегать в равномерном темпе до 10 минут.		Ком- плекс 6		

				Совершенство- вание ЗУН	Равномерный бег до 10 минут. Бег в гору. Преодоление препятствий. Спортивные игры. Развитие выносливости.	Уметь в равномерн-ом темпе бегать до 10 минут; преодоле-вать препятствия.		Ком- плекс 6		
				Совершенство- вание ЗУН	Равномерный бег до 12 минут. Бег под гору. Преодоление препятствий. Спортивные игры. Развитие выносливости.	Уметь в равномерном темпе бегать до 12 минут.		Ком- плекс 6		
				Совершенство- вание ЗУН	Равномерный бег 15 минут. Преодоление препятствий. Спортивные игры. Развитие выносливости.	Уметь в равномерном темпе бегать до 15 минут.		Ком- плекс 6		
10	Легкая атлетика	Спринтер- ский бег, эстафетный бег	4	Комбини- рованный	Высокий старт 15-30м, бег по дистанции (40-50м), Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств. Инструктаж по ТБ. Определение результатов в спринтерском беге.	Уметь пробегать с максимальной скоростью 30м.		Ком- плекс 6		
				Комбини- рованный	Высокий старт 15-30м, бег по дистанции (40-50м), специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств. Старты из различных положений.	Уметь пробегать с максимальной скоростью 60м.		Ком- плекс 6		
				Совершенство- вание ЗУН	Высокий старт 15-30м, Финиширование. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств. Старты из различных положений.	Уметь пробегать с максимальной скоростью 60м.		Ком- плекс 6		
				Контроль- ный	Бег 60м (мин) на результат. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств.	Уметь пробегать с максимальной скоростью 60м.	М: 10,0; 10,4; 10,8. Д: 10,4; 10,8; 11,2	Ком- плекс 6		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
		Прыжок в	2	Комбини-	Прыжок в высоту с 5-7 шагов разбега спо-	Уметь прыгать в		Ком-		

		высоту, метание малого мяча.		рованный	собом «перешагивания», метание теннисного мяча с 3-5 шагов на заданное расстояние. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	высоту с разбега, метать мяч в мишень и на дальность.		плекс 6		
				Комбинированный	Прыжок в высоту с 5-7 шагов разбега способом «перешагивания», метание теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь прыгать в высоту с разбега, метать мяч в мишень и на дальность.		Комплекс 6		
		Прыжок в длину способом «согнув ноги», метание малого мяча	2	Комбинированный	Прыжок в длину с 7-9 шагов. Метание теннисного мяча на заданное расстояние. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Терминология метания.	Уметь прыгать в длину с разбега, метать мяч в мишень и на дальность.		Комплекс 6		
				Учётный	Прыжок в длину с 7-9 шагов. Метание теннисного мяча на дальность. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь прыгать в длину с разбега, метать мяч в мишень и на дальность.	Оценка техники прыжка в длину и метания малого мяча.	Комплекс 6		