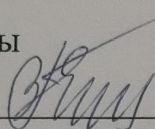


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство Образования и Науки Республики Северная Осетия -
Алания

Администрация местного самоуправления Пригородного
муниципального района Республики Северная Осетия- Алания
МБОУ "СОШ№2 им. Защитников Отечества с. Камбилеевское"

РАССМОТРЕНО

МС школы

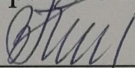


Гуриева З.Е.

Протокол №1 от «31»
082023 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам.дир. по УВР

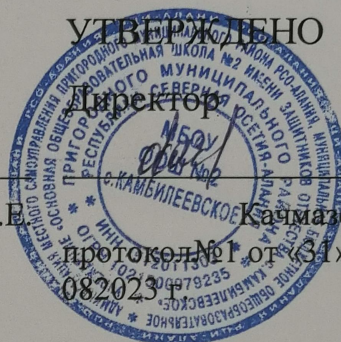


Гуриева З.Е.

Протокол №1 от «31»
082023 г.

УТВЕРЖЕНО

Директор



Качмазова О.А.

протокол №1 от «31»
082023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 1745007)

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 6 класса

6 КЛАСС

№ п/п		Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
			Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1.Знания о физической культуре						
1.1	Знания о физической культуре		2	0	2	www.edu.ru www.school.ru
Итого по разделу			2			
Раздел 2.Способы самостоятельной деятельности						
2.1	Способы самостоятельной деятельности		2	0	2	www.edu.ru www.school.ru
Итого по разделу			2			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ						
Раздел 1.Физкультурно-оздоровительная деятельность						
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность		В процессе урока	0	0	www.edu.ru www.school.ru
Итого по разделу			0			
Раздел 2.Спортивно-оздоровительная деятельность						
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")		12	0	12	www.edu.ru www.school.ru
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")		16	0	16	www.edu.ru www.school.ru
2.3	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")		8	0	8	www.edu.ru www.school.ru
2.4	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")		8	0	8	www.edu.ru www.school.ru

2.5	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	8	0	8	www.edu.ru/www.school.ru
2.6	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")	12	0	12	www.edu.ru/www.school.ru
Итого по разделу		64			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	68	

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре представляет собой методически оформленную конкретизацию требований ФГОС ООО, раскрывающую их реализацию через конкретное предметное содержание.

При создании программ по физическому рассмотрению современные российские общества развиваются в физически строгом и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, культурной жизни, умея использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации.

В своей социально-ценностной ориентации программа по физической культуре направлена на обеспечение подготовки обучающихся к предстоящей жизнедеятельности, повышение их здоровья, повышение адаптивности и адаптации возможностей систем организма, обеспечение развития важных физических качеств. Программа по физической культуре обеспечивает преемственность с федеральными программами начального общего и среднего общего образования.

Основной целью программы по физическому развитию является обеспечение разносторонне физически развитой личности, способной активной культурной ценности физической культуры для развития и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В программе по физической активности активная цель конкретизируется и связывается со способами устойчивых мотивов и призывом обучающихся к бережному отношению к своему здоровью, целостному развитию физических, лечебных и моральных качеств, творческому использованию методов физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятий двигательной активностью и спортом.

Развивающаяся направленность программ по физической культуре определен вектор развития физических и эффективных возможностей организма, что обеспечивает их здоровье, надежность и эффективность адаптивных процессов. Существенным достижением данного направления

6 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Возрождение Олимпийских игр олимпийского движения в современном мире; роль Пьера де Кубертена в их становлении и развитии. Девиз, символика и ритуалы современных олимпийских игр. История организации и проведения первых Олимпийских игр современности, первые олимпийские чемпионы.	1		1	04.09.23	www.edu.ru www.school.ru https://uchi.ru
2	Л/атл. Техника безопасности. Бег на короткие дистанции. Старт с опорой на одну руку и последующим ускорением . спринтерский и гладкий равномерный бег по учебной дистанции Народные игры Лапта. Ведение дневника физ.культ.	1		1	08.09.23	www.edu.ru www.school.ru
3	Старт с опорой на одну	1		1	11.09.23	www.edu.ru www.school.ru https://uchi.ru

	руку и последующим с ускорением ; спринтерский и гладкий равномерный бег . Народная игра Лапта.					
4	ТБ. Беговые упражнения . Физическая подготовка и ее влияние на развитие системы организма , связь с укреплением здоровья . Нац.Осетин.игра Щела.	1		1	15.09.23	www.edu.ru www.school.ru https://uchi.ru
5	Беговые упр. Физическая подготовка и ее влияние на развитие систем организма , связь с укреплением здоровья . Подвижная игра .	1		1	18.09.23	www.edu.ru www.school.ru
6	Прыжковые Упражнения в длину . Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции. Правила техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями . П/игра	1		1	22.09.23	www.edu.ru www.school.ru https://uchi.ru
7	Метание мяча 150 гр с 3-5шагов на дальность. Правила соревнований в метании.	1		1	25.09.23	www.edu.ru www.school.ru https://uchi.ru

	Демонстрация приростов в показателях физичеТБ. Прыжковые упр. Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции .Правила техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями .П/игра					
8	ТБ Прыжки в длину с места толчком двумя ногами . Оздоровительные комплексы ; упр для коррекции телосложения с использованием дополнительных отягощений . П/игра	1		1	29.09.23	www.edu.ru www.school.ru
9	ТБ. Прыжки в длину с места толчком двумя ногами . Оздоровительные комплексы упр для коррекции телосложения с использованием дополнительных отягощений . П/игра	1		1	02.10.23	www.edu.ru www.school.ru
10	Прыжковые упр ранее разученные ,прыжковые упр в высоту напрыгивание	1		1	06.10.23	www.edu.ru www.school.ru

	и спрыгивание . П/игра					
11	ТБ. Прыжковые упр ; ранее разученные прыжковые упр в высоту напрыгивание и спрыгивание . П/игра	1		1	09.10.23	www.edu.ru www.school.ru
12	ТБ. Прыжок в высоту способом «перешагивание» Оздоровительные комплексы ; упр для физкульт пауз , направленных на поддержание оптимальной работоспособности мышц опрно двигательного аппарата в режиме учебной деятельности. П/игра	1		1	13.10.23	www.edu.ru www.school.ru https://uchi.ru
13	Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание» . Оздоровительные комплексы ; упр для физкультпауз , направленных на поддержание оптимальной работоспособности мышц	1		1	16.10.23	www.edu.ru www.school.ru

	опорно-двигательного аппарата в режиме учебной деятельности . П/игра.					
14	Метание малого теннисного мяча в подвижную мишень .ТБ . Организация и проведение самостоятельных занятий . П/и	1		1	20.10.23	www.edu.ru www.school.ru
15	Метание малого теннисного мяча на дальность . П/игра Челночный бег 3*10 м.	1		1	23.10.23	www.edu.ru www.scholl.ru https://uchi.ru
16	Бег на 1000 м . П/игра .	1		1	27.10.23	www.edu.ru www.school.ru
17	Правила и способы самостоятельного развития физических качеств . Способы определения индивидуальной физич.нагрузки ОРУ ОРУ . Подвижная игра .	1		1	06.11.23	www.edu.ru www.scool.ru
18	ТБ. Акробатическая комбинация комбинация .упр на развитие гибкости .П/игра.	1		1	10.11.23	www.edu.ru www.school.ru
19	Акробатическая комбинация . Упр на развитие гибкости. П/игры.	1		1	13.11.23	www.edu.ru www.school.ru https://uchi.ru

20	Акробатическая комбинация . Упр.на развитие гибкости. Подвижные игры .	1		1	17.11.23	www.edu.ru www.school.ru
21	Комбинация из стилизованных общеразвивающих упр сложно – координационных упр .ритмической гимнастики	1		1	20.11.23	www.edu.ru www.school.ru
22	Кобинация из стилизованных общеразвивающих упр. и сложно-координационных упр.ритмической гимнастики .	1		1	24.11.23	www.edu.ru www.school.ru https://school.ru
23	Комбинации из стилизованных общеразвивающих упр. И сложно координационных упр ритмической гимнастики.	1		1	27.11.23	www.edu.ru www.school.ru
24	ТБ. Опорные прыжки . Подвижные игры . Правила самостоятельного закаливания организма с помощью воздушных и солнечных ванн.	2		2	01.12.23 04.12.23	www.edu.ru www.school.ru https://uchi.ru
25	Гимнастическая комбинация на низком	1		1	08.12.23	www.edu.ru

	гимнастическом бревне . Подвижные игры. Упр. на развитие координации.					
26	Гимнастическая комбинация на низком гимнастическом бревне . Подвижные игры . Упр на развитие координации.	1		1	11.12.23	www.edu.ru www.school.ru
27	Лазание и перелазание на гимнастической стенке упр. на невысокой гимнастической перекладине . П/игры .	1		1	15.12.23	www.edu.ru www.school.ru
28	Лазание и перелазание на гимнастической стенке упр на невысокой гимнастической перекладине . П/и.	1		1	18.12.23	www.edu.ru www.school.ru
29	ТБ Лазание по канату. Подвижная игра.	2		1	22.12.23 25.12.23	www.edu.ru
30	Правила проведения измерительных процедур , по оценке физической подготовленности . Правила выполнения тестовых заданий .	1		1	29.12.23	www.school.ru
31	ТБ. Технические действия игрока без мяча ; передвижение в стойке баскетболиста . Правила	1		1	12.01.24	www.edu.ru

	игры и игровая деятельность . П/игры.					
32	Технические действия игрока без мяча; Передвижение в стойке баскетболиста. Правила игры и игровая деятельность . П/игры.	1		1	15.01.24	www.edu.ru www.scyool.ru
33	Технические действия игрока без мяча; прыжки вверх толчком одной ногой и приземлением на другую ногу ,остановка двумя шагами и прыжком . Подвижные игры с элементами б/б.	1		1	19.01.24	www.edu.ru https://uchi.ru
34	Технические действия игрока без мяча ; прыжки вверх толчком одной ногой и приземлением на другую ногу, остановка двумя шагами и прыжком . Подвижные игры с элементами б/б.	1		1	22.01.24	www.edu.ru www.school.ru
35	Упражнения с мячом ранее разученные упр. в ведение мяча в разных направлениях и по разной траектории ,на передачу и броски мяча в корзину .	1		1	26.01.24	www.edu.ru www.school.ru

	сверху. Правила игры и игровая деятельность. Спортивная игра.					
41	Прием и передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки команды соперника. Спортивная игра.	1		1	16.02.24	www.edu.ru www.school.ru https://uchi.ru
42	Прием и передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки команды соперника. Спортивная игра .	1		1	19.02.24	www.edu.ru www.school.ru
43	Прямая нижняя подача в волейболе. Спортивная игра.	1		1	26.02.24	www.edu.ru
44	Техника. Прямая нижняя подача в волейболе . Спортивная игра.	1		1	01.03.24	www.school.ru
45	Совершенствование ранее разученные технические действия с мячом . Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приемов в подаче мяча ,его приеме и передаче	1		1	04.03.24	www.edu.ru www.school.ru

	двумя руками снизу и сверху. Спортивная игра.					
46	Совершенствование ранее разученные технические действия с мячом. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приемов в подаче мяча , его приеме и передаче двумя руками снизу и сверху. С/игра.	1		1	11.03.24	www.edu.ru www.school.ru
47	Удары по катящемуся мячу с разбега . С/игра.	1		1	15.03.24	www.edu.ru
48	ТБ Остановка и передача мяча . Спортивная игра .	1		1	22.03.24	www.school.ru
49	Ведение и обводка мяча .Спортивная игра.	1		1	01.04.24	www.edu.ru
50	Совершенствование ранее разученные технические действия с мячом Правила игры и игровая деятельность . Спортивная игра.	1		1	05.04.24	www.school.ru
51	Совершенствование ранее разученные технические действия с мячом. Правила	1		1	8.04.24	www.edu.ru www.school.ru

	игры игровая деятельность. Спортивная игра.					
52	Совершенствование ранее разученные технические действия игрока с мячом. Правила игры игровая деятельность. Спортивная игра.	1		1	12.04.24	www.edu.ru www.school.ru https://uchi.ru
53	Совершенствование ранее разученные технические действия с мячом .. Правила игры и игровая деятельность . С/игра	1		1	15.04.24	www.edu.ru www.school.ru
54	Подвижные и спортивные игры. Правила техники выполнения тестовых заданий .	1		1	19.04.24	www.edu.ru www.school.ru
55	Правила Техники безопасности на уроках . Комплекс ГТО Физическая подготовка Укрепление здоровья через ВФС ГТО Правила выполнения спортивных нормативов 4 ступени .	1		1	22.04.24	www.edu.ru . www.school.ru
56	ГТО Бег 30м, 60 м, Эстафеты . Подвижные и спортивные игры.	1		1	26.04.24	www.edu.ru www.school.ru https://uchi.ru
57	ГТО . Бег 1500 м, 2000м,	1		1	29.04.24	www.edu.ru www.school.ru

	игры игровая деятельность. Спортивная игра.					
52	Совершенствование ранее разученные технические действия игрока с мячом. Правила игры игровая деятельность. Спортивная игра.	1		1	12.04.24	www.edu.ru www.school.ru https://uchi.ru
53	Совершенствование ранее разученные технические действия с мячом .. Правила игры и игровая деятельность . С/игра	1		1	15.04.24	www.edu.ru www.school.ru
54	Подвижные и спортивные игры. Правила техники выполнения тестовых заданий .	1		1	19.04.24	www.edu.ru www.school.ru
55	Правила Техники безопасности на уроках . Комплекс ГТО Физическая подготовка Укрепление здоровья через ВФС ГТО Правила выполнения спортивных нормативов 4 ступени .	1		1	22.04.24	www.edu.ru . www.school.ru
56	ГТО Бег 30м, 60 м, Эстафеты . Подвижные и спортивные игры.	1		1	26.04.24	www.edu.ru www.school.ru https://uchi.ru
57	ГТО . Бег 1500 м, 2000м,	1		1	29.04.24	www.edu.ru www.school.ru

	техники выполнения норматива комплекса ГТО . Поднимание туловища из положения лежа на спине . Развитие выносливости. П/и.					
65	Праздник ГТО Соревнования со сдачей норм ГТО , с соблюдением правил и техники выполнения испытаний тестов 4 ступени.	2		2	27.05.24 31.05.24	www.edu.ru
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		