**КЛАСС 6**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Количество часов** | **Дата изучения** | **Электронные цифровые образовательные ресурсы** |
| 1 | Возрождение Олимпийских игр | 1 | 04.09 | https://resh.edu.ru |
| 2 | Составление дневника физической культуры | 1 | 06.09 | https://resh.edu.ru |
| 3 | Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах | 1 | 11.09 | https://resh.edu.ru |
| 4 | Упражнения для коррекции телосложения | 1 | 13.09 | https://resh.edu.ru |
| 5 | Акробатические комбинации | 1 | 16.09 |  |
| 6 | Акробатические комбинации | 1 | 20.09 |  |
| 7 | Упражнения на низком гимнастическом бревне | 1 | 25.09 |  |
| 8 | Упражнения на низком гимнастическом бревне | 1 | 27.09 |  |
| 9 | Старт с опорой на одну руку с последующим ускорением | 1 | 02.10 |  |
| 10 | Старт с опорой на одну руку с последующим ускорением | 1 | 04.10 |  |
| 11 | Спринтерский бег | 1 | 09.10 |  |
| 12 | Спринтерский бег | 1 | 11.10 |  |
| 13 | Гладкий равномерный бег | 1 | 16.10 |  |
| 14 | Гладкий равномерный бег | 1 | 18.10 |  |
| 15 | Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание» | 1 | 23.10 |  |
| 16 | Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание» | 1 | 25.10 |  |
| 17 | Прыжковые упражнения в длину и высоту | 1 | 06.11 |  |
| 18 | Метание малого мяча по движущейся мишени | 1 | 08.11 |  |
| 19 | Упражнения лыжной подготовки | 1 | 13.11 | https://resh.edu.ru |
| 20 | Передвижение в стойке баскетболиста | 1 | 15.11 |  |
| 21 | Передвижение в стойке баскетболиста | 1 | 20.11 |  |
| 22 | Прыжки вверх толчком одной ногой | 1 | 22.11 |  |
| 23 | Прыжки вверх толчком одной ногой | 1 | 27.11 |  |
| 24 | Остановка двумя шагами и прыжком | 1 | 29.11 |  |
| 25 | Остановка двумя шагами и прыжком | 1 | 04.12 |  |
| 26 | Упражнения в ведении мяча | 1 | 06.12 |  |
| 27 | Упражнения в ведении мяча | 1 | 11.12 |  |
| 28 | Упражнения на передачу и броски мяча | 1 | 13.12 |  |
| 29 | Упражнения на передачу и броски мяча | 1 | 18.12 |  |
| 30 | Игровая деятельность с использованием технических приёмов | 1 | 20.12 |  |
| 31 | Игровая деятельность с использованием технических приёмов | 1 | 25.12 |  |
| 32 | Приём мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки | 1 | 27.12 |  |
| 33 | Приём мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки | 1 | 10.01 |  |
| 34 | Передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки | 1 | 15.01 | https://resh.edu.ru |
| 35 | Передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки | 1 | 17.01 |  |
| 36 | Игровая деятельность с использованием технических приёмов в подаче мяча | 1 | 22.01 |  |
| 37 | Игровая деятельность с использованием технических приёмов в подаче мяча | 1 | 24.01 |  |
| 38 | Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху | 1 | 29.01 |  |
| 39 | Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху | 1 | 31.01 |  |
| 40 | Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча снизу и сверху | 1 | 05.02 |  |
| 41 | Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча снизу и сверху | 1 | 07.02 | https://resh.edu.ru |
| 42 | Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху | 1 | 12.02 |  |
| 43 | Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху | 1 | 14.02 |  |
| 44 | Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху | 1 | 19.02 |  |
| 45 | Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху | 1 | 21.02 |  |
| 46 | Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча | 1 | 26.02 |  |
| 47 | Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча | 1 | 28.02 |  |
| 48 | Игровая деятельность с использованием технических приёмов ведения мяча | 1 | 05.03 |  |
| 49 | Игровая деятельность с использованием технических приёмов обводки | 1 | 07.03 |  |
| 50 | Игровая деятельность с использованием технических приёмов обводки | 1 | 12.03 |  |
| 51 | История ВФСК ГТО и ГТО в наши дни. Правила выполнения спортивных нормативов 3-4 ступени. Правила ТБ. Перваяпомощьпритравмах | 1 | 14.03 | https://resh.edu.ru |
| 52 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. Эстафеты | 1 | 19.03 |  |
| 53 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. Эстафеты | 1 | 21.03 |  |
| 54 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м и 1500м | 1 | 22.03 |  |
| 55 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м и 1500м | 1 | 02.04 | https://resh.edu.ru |
| 56 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м и 1500м | 1 | 04.04 |  |
| 57 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты | 1 | 09.04 |  |
| 58 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты | 1 | 11.04 |  |
| 59 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты | 1 | 16.04 |  |
| 60 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты | 1 | 18.04 |  |
| 61 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты | 1 | 23.04 |  |
| 62 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты | 1 | 25.04 |  |
| 63 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты | 1 | 30.04 |  |
| 64 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижныеигры | 1 | 07.05 |  |
| 65 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижныеигры | 1 | 14.05 |  |
| 66 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты | 1 | 16.05 |  |
| 67 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижныеигры | 1 | 21.05 |  |
| 68 | Фестиваль ГТО «Всем классом сдадим ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3-4 ступени | 1 | 23.05 | https://resh.edu.ru |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 68 |  | |