

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Департамент Смоленской области по образованию и науке
Муниципальное образование "Рославльский район" Смоленской
области МБОУ "Средняя школа № 1"

МБОУ "Средняя школа № 1"

ПРИНЯТО

на заседании педагогического
совета школы

Протокол от 29.08.2023 № 1

УТВЕРЖДЕНО

приказом по МБОУ
«Средняя школа №1»

от 31.08.2023 № 266

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

(ID 2333278)

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 6 класса

основного общего образования

на 2023-2024 учебный год

Составитель: Мищенко Жанна Владимировна
Учитель физической культуры

г. Рославль 2023

6 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы		
1	Физическая подготовка человека Техника безопасности на уроках по лёгкой атлетике.	1		04.09.2023	https://resh.edu.ru/
2	Основные показатели физической нагрузки	1		05.09.2023	https://resh.edu.ru/
3	Старт с опорой на одну руку с последующим ускорением	1		06.09.2023	https://resh.edu.ru/
4	Старт с опорой на одну руку с последующим ускорением	1		11.09.2023	
5	Спринтерский бег	1		12.09.2023	https://resh.edu.ru/
6	Спринтерский бег	1		13.09.2023	
7	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. Эстафеты	1		18.09.2023	https://user.gto.ru/
8	Прыжковые упражнения в длину и высоту	1		19.09.2023	https://resh.edu.ru/
9	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1		20.09.2023	https://user.gto.ru/
10	Метание малого мяча по движущейся мишени	1		25.09.2023	

11	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1		26.09.2023	https://user.gto.ru/
12	Гладкий равномерный бег	1		27.09.2023	https://resh.edu.ru/
13	Гладкий равномерный бег	1		02.10.2023	
14	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м и 1500м	1		03.10.2023	https://user.gto.ru/
15	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км и 3 км. Подводящие упражнения	1		04.10.2023	https://user.gto.ru/
16	Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	1		09.10.2023	https://resh.edu.ru/
17	Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	1		10.10.2023	https://resh.edu.ru/
18	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1		11.10.2023	https://user.gto.ru/
19	Составление дневника физической культуры	1		16.10.2023	https://resh.edu.ru/
20	Техника безопасности на уроках гимнастики. Упражнения для коррекции телосложения	1		17.10.2023	https://resh.edu.ru/
21	Упражнения для профилактики нарушения зрения	1		18.10.2023	

22	Упражнения для профилактики нарушений осанки	1		23.10.2023	https://resh.edu.ru/
23	Акробатические комбинации	1		24.10.2023	https://resh.edu.ru/
24	Акробатические комбинации	1		25.10.2023	
25	Опорные прыжки через гимнастического козла	1		06.11.2023	https://resh.edu.ru/
26	Опорные прыжки через гимнастического козла	1		07.11.2023	
27	Опорные прыжки через гимнастического козла	1		08.11.2023	https://resh.edu.ru/
28	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1		13.11.2023	https://resh.edu.ru/
29	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1		14.11.2023	
30	Упражнения на невысокой гимнастической перекладине	1		15.11.2023	https://resh.edu.ru/
31	Упражнения на невысокой гимнастической перекладине	1		20.11.2023	
32	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		21.11.2023	https://user.gto.ru/
33	Лазание по канату в три приема	1		22.11.2023	https://resh.edu.ru/
34	Лазание по канату в три приема	1		27.11.2023	
35	Упражнения ритмической гимнастики	1		28.11.2023	
36	Упражнения ритмической гимнастики	1		29.11.2023	https://resh.edu.ru/

37	Упражнения ритмической гимнастики	1		04.12.2023	
38	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1		05.12.2023	https://user.gto.ru/
39	Техника безопасности по спортивным ирам. Приём мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1		06.12.2023	https://resh.edu.ru/
40	Приём мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1		11.12.2023	https://resh.edu.ru/
41	Передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1		12.12.2023	https://resh.edu.ru/
42	Передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1		13.12.2023	
43	Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху	1		18.12.2023	https://resh.edu.ru/
44	Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча снизу и сверху	1		19.12.2023	
45	Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча снизу и сверху	1		20.12.2023	https://resh.edu.ru/
46	Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху	1		25.12.2023	
47	Игровая деятельность с использованием технических приёмов в подаче мяча	1		26.12.2023	

48	Игровая деятельность с использованием технических приёмов в подаче мяча	1		27.12.2023	
49	Техника безопасности на уроках лыжной подготовки. Передвижение одновременным одношажным ходом	1		09.01.2024	https://resh.edu.ru/
50	Передвижение одновременным одношажным ходом	1		10.01.2024	https://resh.edu.ru/
51	Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона	1		15.01.2024	https://resh.edu.ru/
52	Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона	1		16.01.2024	
53	Упражнения лыжной подготовки	1		17.01.2024	
54	Передвижения по учебной дистанции, повороты, спуски, торможение	1		22.01.2024	https://resh.edu.ru/
55	Передвижения по учебной дистанции, повороты, спуски, торможение	1		23.01.2024	
56	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1 км или 2 км. Эстафеты	1		24.01.2024	https://user.gto.ru/
57	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1 км или 2 км. Эстафеты	1		29.01.2024	https://user.gto.ru/
58	Возрождение Олимпийских игр	1		30.01.2024	https://resh.edu.ru/
59	Символика и ритуалы Олимпийских игр	1		31.01.2024	https://resh.edu.ru/
60	История первых Олимпийских игр современности	1		05.02.2024	https://resh.edu.ru/

61	Техника безопасности на уроках по спортивным играм. Передвижение в стойке баскетболиста	1		06.02.2024	
62	Передвижение в стойке баскетболиста	1		07.02.2024	https://resh.edu.ru/
63	Прыжки вверх толчком одной ногой	1		12.02.2024	
64	Прыжки вверх толчком одной ногой	1		13.02.2024	https://resh.edu.ru/
65	Остановка двумя шагами и прыжком	1		14.02.2024	
66	Остановка двумя шагами и прыжком	1		19.02.2024	https://resh.edu.ru/
67	Упражнения в ведении мяча	1		20.02.2024	https://resh.edu.ru/
68	Упражнения в ведении мяча	1		21.02.2024	https://resh.edu.ru/
69	Упражнения на передачу и броски мяча	1		26.02.2024	
70	Упражнения на передачу и броски мяча	1		27.02.2024	https://resh.edu.ru/
71	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1		28.02.2024	
72	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1		04.03.2024	https://resh.edu.ru/
73	Удар по катящемуся мячу с разбега	1		05.03.2024	
74	Удар по катящемуся мячу с разбега	1		06.03.2024	https://resh.edu.ru/
75	Игровая деятельность с использованием технических приёмов остановки мяча	1		11.03.2024	
76	Игровая деятельность с использованием технических приёмов остановки мяча	1		12.03.2024	https://resh.edu.ru/
77	Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча	1		13.03.2024	
78	Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча	1		18.03.2024	https://resh.edu.ru/

79	Игровая деятельность с использованием технических приёмов ведения мяча	1		19.03.2024	
80	Игровая деятельность с использованием технических приёмов обводки	1		20.03.2024	
81	История ВФСК ГТО и ГТО в наши дни. Правила выполнения спортивных нормативов 3-4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1		01.04.2024	https://user.gto.ru/
82	История ВФСК ГТО и ГТО в наши дни. Правила выполнения спортивных нормативов 3-4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1		02.04.2024	https://user.gto.ru/
83	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. Эстафеты	1		03.04.2024	https://user.gto.ru/
84	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м и 1500м	1		08.04.2024	https://user.gto.ru/
85	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км и 3 км. Подводящие упражнения	1		09.04.2024	https://user.gto.ru/
86	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		10.04.2024	https://user.gto.ru/

87	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1		15.04.2024	https://user.gto.ru/
88	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1		16.04.2024	
89	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1		17.04.2024	https://user.gto.ru/
90	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1		22.04.2024	https://user.gto.ru/
91	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1		23.04.2024	https://user.gto.ru/
92	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1		24.04.2024	https://user.gto.ru/
93	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1		29.04.2024	https://user.gto.ru/

94	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Стрельба (пневматика или электронное)	1		06.05.2024	https://user.gto.ru/
95	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Стрельба (пневматика или электронное)	1		07.05.2024	https://user.gto.ru/
96	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1		08.05.2024	https://user.gto.ru/
97	Промежуточная аттестация тестирование	1	1	13.05.2024	
98	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: . Подвижные игры	1		14.05.2024	https://user.gto.ru/
99	Составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой	1		15.05.2024	https://resh.edu.ru/
100	Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах	1		20.05.2024	https://resh.edu.ru/
101	Фестиваль ГТО «Всем классом сдадим ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3-4 ступени	1		21.05.2024	https://user.gto.ru/
102	Фестиваль ГТО «Всем классом сдадим ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3-4 ступени	1		22.05.2024	https://user.gto.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	1		

Формы учета рабочей программы воспитания

Воспитательный потенциал учебного предмета физическая культура на уровне основного общего образования реализуется на деятельностной основе через:

- максимальное использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета физическая культура для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей, российского исторического сознания на основе исторического просвещения; подбор соответствующего содержания уроков, заданий, вспомогательных материалов, проблемных ситуаций для обсуждений;
- включение в рабочую программу учебного предмета физическая культура целевых ориентиров результатов воспитания, их учёт в определении воспитательных задач уроков, занятий;
- выбор методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания, целевыми ориентирами результатов воспитания; реализацию приоритета воспитания в учебной деятельности;
- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках физической культурой, явлений и событий, инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личностного отношения к изучаемым событиям, явлениям, лицам;
- применение интерактивных форм учебной работы — интеллектуальных, стимулирующих познавательную мотивацию, игровых методик, дискуссий, дающих возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы, которая учит строить отношения и действовать в команде, способствует развитию критического мышления;
- побуждение обучающихся соблюдать нормы поведения, правила общения со сверстниками и педагогами, соответствующие укладу общеобразовательной организации, установление и поддержку доброжелательной атмосферы;
- организацию шефства мотивированных и эрудированных обучающихся над неуспевающими одноклассниками, в том числе с особыми образовательными потребностями, дающего обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;
- инициирование и поддержку исследовательской деятельности обучающихся, планирование и выполнение индивидуальных и групповых проектов воспитательной направленности.

Реализация воспитательного потенциала учебного предмета «Физическая культура» через урочную систему обучения и воспитания

6 классе

№ п/п	Тема раздела	Кол-во часов	Форма реализации воспитательного потенциала темы	Модуль рабочей программы воспитания «Урочная деятельность», «Основные школьные дела»	Сроки
1.	Знания о физической культуре	3	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих задач для решения. Применение интерактивных форм учебной работы — интеллектуальных, стимулирующих познавательную мотивацию, игровых методик, дискуссий, дающих возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы, которая учит строить отношения и действовать в команде, способствует развитию критического мышления. Инициирование и поддержку исследовательской деятельности обучающихся, планирование и выполнение индивидуальных и групповых проектов воспитательной направленности	День солидарности в борьбе с терроризмом Международный день распространения грамотности Месячник безопасности - Инструктаж по ТБ и правилам безопасного поведения	Сентябрь-октябрь
2	Способы самостоятельной деятельности	5	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих задач для решения. Применение интерактивных форм учебной работы — интеллектуальных, стимулирующих познавательную мотивацию, игровых методик, дискуссий, дающих возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы, которая учит строить отношения и действовать в команде, способствует развитию критического мышления. Инициирование и поддержку исследовательской деятельности обучающихся, планирование и выполнение индивидуальных и групповых проектов воспитательной направленности	День солидарности в борьбе с терроризмом Международный день распространения грамотности Месячник безопасности - Инструктаж по ТБ и правилам безопасного поведения	Сентябрь-октябрь
3.	Физкультурно -	6	выбор методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом,	Тематические мероприятия	ноябрь

	оздоровительная деятельность		целью и задачами воспитания, целевыми ориентирами результатов воспитания; реализацию приоритета воспитания в учебной деятельности; привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках физической культуры, явлений и событий, инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личностного отношения к изучаемым событиям, явлениям, лицам;	посвященные Дню Государственного герба Российской Федерации День матери	
4.	Спортивно-оздоровительная деятельность	88	максимальное использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета физическая культура для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей, российского исторического сознания на основе исторического просвещения; подбор соответствующего содержания уроков, заданий, вспомогательных материалов, проблемных ситуаций для обсуждений; включение в рабочую программу учебного предмета физическая культура целевых ориентиров результатов воспитания, их учёт в определении воспитательных задач уроков, занятий; побуждение обучающихся соблюдать нормы поведения, правила общения со сверстниками и педагогами, соответствующие укладу общеобразовательной организации, установление и поддержку доброжелательной атмосферы; выбор методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания, целевыми ориентирами результатов воспитания; реализацию приоритета воспитания в учебной деятельности;	Общешкольный фестиваль науки, Месячник военно-патриотической и оборонно-спортивной работы Декада школьного музея -Стеринская неделя «Его имя носит твоя школа» День Героев Отечества День прав человека День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады День защитника отечества, Всемирный день театра 10 лет со Дня воссоединения Крыма с Россией Всемирный день здоровья	Сентябрь -май

				Праздник Весны и Труда Цикл мероприятий приуроченных к Победы в Великой Отечественной войне День защиты детей День детских общественных организаций России	
--	--	--	--	---	--

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

М.Я. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова, В.А. Соколкина
Физическая культура 6-7 классы, Москва, «Прсвещение» 2022 г.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

М.Я. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова, В.А. Соколкина
Физическая культура 6-7 классы, Москва, «Прсвещение» 2022 г.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

ИНТЕРНЕТ <https://user.gto.ru/>,

<https://resh.edu.ru/>

