

**Календарно-тематичне планування уроків
з фізичного виховання
у 6 класі на I-II семестри 2022-2023н. р.**

Навчальна програма з фізичного виховання для 5-9 класів, затверджена
Наказом Міністерства освіти і науки України від 07.06.2017 № 804

№	Тема уроку	Дата
I семестр		
Модуль I. Футбол (16 год.) (початок)		
1	Правила техніки безпеки на уроках футболу. Інструкція № __. Витоки українського футболу. Організуючі і стройові вправи. ЗРВ та спеціальні вправи на розучування техніки пересування під час гри у футбол. Техніка пересування і поєднання бігу зі стрибками, зупинками, поворотами.	
2	ЗРВ та спеціальні вправи на розучування техніки пересування під час гри у футбол. Удари внутрішньою стороною стопи по нерухомому м'ячу. Зупинки м'яча підошвою на місці. Рухлива гра «День і ніч»	
3	Видатні футболісти України. Організуючі і стройові вправи. ЗРВ. Пересування: поєднання прийомів пересування з технікою володіння м'ячем. Удари по м'ячу ногою: удари зовнішньою частиною підйому. Рухлива гра «День і ніч»	
4	Організуючі і стройові вправи. ЗРВ. Удари по м'ячу ногою: удар внутрішньою стороною стопи. Зупинка м'яча внутрішньою стороною стопи. Рухлива гра «День і ніч»	
5	Дитячо-юнацький та професіональний футбол в Україні. Організуючі і стройові вправи. ЗРВ та спеціальні вправи на розучування техніки пересування. Удари по м'ячу ногою: удари зовнішньою частиною підйому; удар внутрішньою стороною стопи. Рухлива гра «Виклик»	
6	ЗРВ та спеціальні вправи на розучування техніки пересування. Зупинка м'яча внутрішньою стороною стопи. Вистрибування з положення сидячи, стрибкові вправи. Рухлива гра «Ривок з м'ячем»	
7	Правила гри у футбол. Організуючі і стройові вправи. ЗРВ та спеціальні вправи на розучування техніки пересування. Удари по м'ячу ногою: удари зовнішньою частиною підйому; удар внутрішньою стороною стопи. Зупинка м'яча внутрішньою стороною стопи. Рухлива гра «Виштовхни з кола»	
8	Організуючі і стройові вправи. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку швидкості і витривалості. Пересування: поєднання	

	прийомів пересування з технікою володіння м'ячем. Удари головою по м'ячу зменшеної ваги: удари по м'ячу середньою частиною лоба	
9	ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку швидкості і витривалості. Ведення м'яча носком по прямій. Зупинки м'яча внутрішньою стороною стопи на місці	
10	Організуючі і стройові вправи. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку швидкості. Удари по м'ячу ногою: удари зовнішньою частиною підйому; удар внутрішньою стороною стопи. Рухлива гра «Виклик номерів». Присідання з м'ячем	
11	ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку. Зупинки м'яча підошвою, внутрішньою стороною стопи, стегном та грудьми (для хлопців) у русі. Удари головою по м'ячу зменшеної ваги: удари по м'ячу середньою частиною лоба. Зупинки м'яча внутрішньою стороною стопи на місці	
12	ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку. Рухлива гра «Мисливці й качки». Вистрибування з положення сидячи, стрибкові вправи.	
13	ЗРВ та спеціальні вправи. Удари по м'ячу ногою: удари зовнішньою частиною підйому; удар внутрішньою стороною стопи. Зупинки м'яча підошвою, внутрішньою стороною стопи, стегном та грудьми (для хлопців) у русі. Рухлива гра «День і ніч»	
14	ЗРВ та спеціальні вправи. Зупинки м'яча підошвою, внутрішньою стороною стопи, стегном та грудьми (для хлопців) у русі. Удари в русі; удари на точність. Згинання та розгинання рук у положенні лежачи. Рухлива гра «Виклик номерів»	
15	ЗРВ та спеціальні вправи для футболістів. Ведення м'яча внутрішньою та зовнішньою частинами підйому по колу, вісімкою. Передача м'яча партнеру з місця на точність внутрішньою стороною стопи з відстані.	
16	ЗРВ та спеціальні вправи для футболістів. Удари по нерухомому м'ячу на точність, передачі м'яча з місця на точність. Рухлива гра «Мисливці й качки». <i>Узагальнення знань з модуля: «Футбол»</i>	

Модуль II. Легка атлетика (10 год.) (початок)

17	Правила техніки безпеки на уроках легкої атлетики. Інструкція № __. Історія розвитку легкої атлетики в Україні. Організуючі і стройові вправи	
18	Рухові якості, які розвиваються засобами легкої атлетики: швидкість, витривалість, спритність, гнучкість та швидко-силові якості. Загально-розвивальні вправи на місці без предметів. Вправи для формування та корекції постави.	

	Спеціальні бігові і стрибкові вправи. Вправи для формування постави та запобігання плоскостопості	
19	Засоби розвитку витривалості та методи контролю. Організуючі і стройові вправи. Загально розвивальні вправи на місці без предметів. Вправи для формування та корекції постави	
20	Спеціальні бігові і стрибкові вправи: багаторазові стрибки з поворотами на 90°, 180°, 360°. КН: Стрибки у довжину з розбігу способом “зігнувши ноги”, см, стрибки у висоту з розбігу способом «переступання», см	
21	Організуючі і стройові вправи. ЗРВ на місці без предметів. Вправи для формування та корекції постави. Спеціальні бігові вправи, стрибкові вправи: багатоскоки, спеціальні вправи для метань, вправи з набивними м'ячами. Рухливі ігри та естафети	
22	Організуючі і стройові вправи. ЗРВ на місці без предметів. КН: Стрибки в довжину з місця, см. Рухливі ігри та естафети	
23	Організуючі і стройові вправи. Загально розвивальні вправи на місці без предметів. Вправи для формування та корекції постави. Спеціальні бігові і стрибкові вправи: повторний біг на відрізках до 30 м.; багатоскоки 10–12 стрибків; прискорення до 10 м. з різних вихідних положень. КН: Біг 30 м, с	
24	Організуючі і стройові вправи. Загально розвивальні вправи на місці без предметів. Вправи для формування та корекції постави. Спеціальні бігові і стрибкові вправи: повторний біг на відрізках до 30 м.; багатоскоки 10–12 стрибків; прискорення до 10 м. з різних вихідних положень. КН: Біг 60 м, с	
25	Організуючі і стройові вправи: перешикування в русі. Загально розвивальні вправи на місці та в русі. Вправи для формування та корекції постави. КН: Рівномірний біг до 1200 м (без урахування часу)	
26	Організуючі і стройові вправи: перешикування в русі. Загально розвивальні вправи на місці та в русі. Метання малого м'яча на дальність. Рухливі ігри та естафети. <i>Узагальнення знань з модуля: «Легка атлетика»</i>	
Модуль III. Волейбол (13 год.) (початок)		
27	Правила техніки безпеки на уроках волейболу (на ігровому майданчику). Інструкція № __. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку гнучкості верхнього плечового поясу. Способи пересування гравців по ігровому майданчику, поєднання способів пересування. Верхня передача м'яча в парах на місці	
28	Місце українського волейболу на сучасному етапі розвитку європейського спорту. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку сили рук, координації рухів, спритності. Передача і прийом	

	м'яча двома руками зверху над собою на місці, від стіни, в парах, в колонах. Гра "Малюкбол"	
29	ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку сили рук, координації рухів, спритності. Прийом м'яча знизу від стіни. Гра "Малюкбол"	
30	Значення гравців передньої і задньої ліній. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку сили верхніх та нижніх кінцівок, черевного пресу, спини. Передача м'яча в стіну двома руками зверху. Прийом м'яча знизу від стіни. Навчальна гра волейбол за спрощеними правилами	
31	ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку сили верхніх та нижніх кінцівок, черевного пресу, спини. Прийом м'яча двома руками знизу після переміщення. Навчальна гра волейбол за спрощеними правилами	
32	Розміщення гравців на площадці, правила переходу. Організуючі і стройові вправи. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку швидко-силових якостей. Передача м'яча в стіну двома руками зверху. Прийом м'яча знизу від стіни. Прийом м'яча двома руками знизу після переміщення. Естафети з м'ячами. Гра "Малюкбол"	
33	ЗРВ і спеціальні вправи на розтягування. Передача і прийом м'яча двома руками зверху на місці, в парах, в колонах, в зустрічних колонах, з пересуванням на площадці. Прийом м'яча знизу від стіни. Прийом м'яча двома руками знизу після переміщення. Передача м'яча в стіну двома руками зверху. Навчальна гра волейбол за спрощеними правилами	
34	ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку стрибучості і координації рухів. Передача м'яча в стіну двома руками зверху. Нижня пряма та бокова подача з відстані 4–6 м від сітки та від стіни. Рухлива гра "Малюкбол"	
35	ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку швидко-силових якостей. Прийом м'яча знизу від стіни (відстань 2 м). Нижня пряма та бокова подача з відстані 4–6 м від сітки та від стіни. Рухлива гра "Малюкбол"	
36	ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку швидко-силових якостей. КН: Передача м'яча в стіну двома руками зверху (відстань 3 м).	
37	ЗРВ. Передача і прийом м'яча двома руками зверху в зустрічних колонах, з пересуванням на площадці. Прийом м'яча знизу після виконання нижньої прямої (бокової) подачі від	

	стіни. Нижня пряма та бокова подача з відстані 4–6 м від сітки та від стіни. Навчальна гра волейбол за спрощеними правилами. Рухлива гра “Малюкбол”	
38	ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку сили рук, координації рухів, спритності. Прийом м’яча знизу від стіни (відстань 2 м). Передача і прийом м’яча двома руками зверху в зустрічних колонах, з пересуванням на площадці. Прийом м’яча знизу після виконання нижньої прямої (бокової) подачі від стіни. Нижня пряма та бокова подача з відстані 4–6 м від сітки та від стіни. КН: Прийом м’яча знизу від стіни (відстань 2 м). Рухлива гра “Малюкбол”	
39	ЗРВ. Прийом м’яча знизу після виконання нижньої прямої (бокової) подачі від стіни. Вибір місця для виконання другої передачі. Вибір місця для виконання нижніх подач. Навчальна гра волейбол за спрощеними правилами, рухлива гра «Малюкбол». <i>Узагальнення знань з модуля: «Волейбол»</i>	
Модуль IV. Настільний теніс (6 год.) (початок)		
40	Техніка безпеки під час занять настільним тенісом. Інструкція № ____ . Правила змагань. Суддівство	
41	Історія розвитку тенісу настільного в Україні, регіоні. Загальна характеристика інвентарю для гри в настільний теніс	
42	ЗРВ. Класифікація технічних прийомів у тенісі настільному. Виконання захисних прийомів техніки гри: підрізка справа та зліва, "свічка". Навчальна гра	
43	ЗРВ. Виконання захисних прийомів техніки гри: підрізка справа та зліва, "свічка". Навчальна гра	
44	ЗРВ. Виконання серій захисних прийомів техніки гри по прямій та діагоналі. КН: Виконання подачі з нижнім обертом м’яча. Навчальна гра	
45	ЗРВ. Удосконалення подач з нижнім обертом м’яча. <i>Узагальнення знань з модуля: «Настільний теніс»</i>	
Модуль V. Гімнастика (1 год.) (початок)		
46	Правила техніки безпеки на уроках гімнастики. Інструкція № ____ . ЗРВ та спеціальні вправи для розвитку сили і гнучкості. Акробатика: <i>Хлопці</i> — стійка плавця, довгий перекид уперед; <i>дівчата</i> — напівшпагат	
Модуль VI. Акробатика (1 год.) (початок)		
	Історія розвитку гімнастики в Україні. Значення корегувальної гімнастики для формування постави. Стройові вправи і прийоми. ЗРВ та спеціальні вправи для розвитку сили і гнучкості. Виси та упори – <i>Хлопці</i> — махи в упорі на	

	паралельних брусах; <i>дівчата</i> — розмахування у висі на верхній жердині. КН: Підтягування (кількість разів)	
47	Естетичне виховання у процесі занять фізичними вправами. ЗРВ. Стройові вправи і прийоми; спеціальні вправи для розвитку сили і гнучкості. Стрибки зі скакалкою: <i>хлопці</i> — способами «зігнувши ноги» і «ноги нарізно»; через гімнастичного козла; <i>дівчата</i> — з настрибуванням в упор присівши і зіскоком вигнувшись та способом «ноги нарізно» через гімнастичного козла	
48	ЗРВ. Нахил уперед з положення сидячи (см). КН: Згинання та розгинання рук в упорі лежачи (кількість разів)	
49	ЗРВ. Стройові вправи і прийоми; спеціальні вправи для розвитку сили і гнучкості. Рівновага - <i>Дівчата</i> — стійка на носках, руки на пояс; 2-3 кроки на носках; поворот кругом; руки в сторони; мах лівою ногою, хлопок у долоні під нею; мах правою ногою, хлопок у долоні під нею; мах лівої (правої) поворот праворуч (ліворуч) на 90°; упор присівши на лівій (правій); стійка «ноги нарізно», руки в сторони; упор присівши на правій (лівій), поворот праворуч (ліворуч) у положення випаду, руки в сторони; стійка на носках; руки в сторони; 2–3 швидкі кроки вперед; зіскок вигнувшись	
50	Стройові вправи і прийоми. ЗРВ з гімнастичними палицями. Спеціальні вправи для розвитку сили, гнучкості, рухомості в суглобах. Лазіння по вертикальному канатах. <i>Узагальнення знань з модуля: «Гімнастика»</i>	
Модуль IV. Настільний теніс (12 год.) (продовження)		
51	Правила техніки безпеки на уроках настільного тенісу. Інструкція № . ЗРВ та спеціальні вправи. Навчальна гра	
52	ЗРВ. Відпрацювання подачі з різних положень. Навчальна гра теніс настільний	
53	ЗРВ. Виконання захисних прийомів; техніка гри. Навчальна гра теніс настільний	
54	ЗРВ. Навчальна гра настільний теніс	
55	ЗРВ. Відпрацювання подачі з верхнім обертотом м'яча. Навчальна гра теніс настільний	
56	ЗРВ. Навчальна гра теніс настільний	
57	ЗРВ. Навчальна гра теніс настільний	
58	ЗРВ. Відпрацювання прийому подачі з нижнім та змішаним та обертотом м'яча. Навчальна гра теніс настільний	
59	ЗРВ. Навчальна гра теніс настільний	
60	ЗРВ. Навчальна гра теніс настільний	
61	ЗРВ. Навчальна гра теніс настільний	

62	ЗРВ. Навчальна гра теніс настільний. <i>Узагальнення знань з модуля: «Настільний теніс»</i>	
Модуль III. Волейбол (18 год.) (продовження)		
63	Правила безпеки на уроках волейболу. Інструкція № __. Теоретичні відомості: місце українського волейболу на сучасному етапі. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку швидкості і спритності. Повторити способи пересування в стійці волейболіста. Повторити передачу м'яча двома руками зверху (над собою, в парах). Прийом м'яча знизу двома руками (в парах) на місці. <i>Домашнє завдання:</i> стрибки через скакалку.	
64	Правила безпеки на уроках волейболу. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку швидкості і спритності. Передача м'яча двома руками зверху (в парах, від стіни). Прийом м'яча знизу обома руками в парах і від стіни. Гра «М'яч середньому». <i>Домашнє завдання:</i> згинання і розгинання рук лежачи в упорі. (5х5разів)	
65	ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку швидкості. Прийом м'яча знизу обома руками в парах і від стіни. Гра «М'яч середньому». <i>Домашнє завдання:</i> згинання і розгинання рук лежачи в упорі. (5х5разів)	
66	Теоретичні відомості: гігієна спортсмена. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку окремих м'язових груп. Передача м'яча двома руками зверху (в парах, від стіни, над собою). Прийом м'яча знизу обома руками від стіни з близької відстані. Ознайомлення і початкове розучування нижньої прямої подачі. <i>Домашнє завдання:</i> пересуванні в упорі на руках по колу, стопи на місці.	
67	Теоретичні відомості: санітарно-гігієнічні вимоги до спортивного інвентаря. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку окремих м'язових груп. Передача м'яча двома руками зверху (в парах, від стіни) з близької відстані. Подальше розучування нижньої прямої подачі. <i>Домашнє завдання:</i> імітація виконання нижньої прямої подачі.	
68	Теоретичні відомості: санітарно-гігієнічні вимоги до місць занять. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку швидкості. Подальше розучування нижньої прямої подачі. Прийом м'яча знизу обома руками від стіни з близької відстані. <i>Домашнє завдання:</i> імітація виконання нижньої прямої подачі.	
69	Теоретичні відомості: режим дні учня. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку витривалості. Передача м'яча двома руками зверху (в парах, від стіни) з відстані 1,5-2 м. Повторення виконання нижньої прямої подачі з відстані 4-6 м від сітки.	

	<i>Домашнє завдання:</i> стрибки через скакалку. (1 хв)	
70	ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку витривалості. Прийом м'яча знизу обома руками в парах і від стіни з відстані 1,5-2 м. <i>Домашнє завдання:</i> стрибки через скакалку.	
71	Теоретичні відомості: особиста гігієна спортсмена. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку швидкості і спритності. Передача м'яча двома руками зверху (в колонах) з відстані 1,5-2 м. Гра «Повітряний міст». <i>Домашнє завдання:</i> присідання на одній нозі.	
72	ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку витривалості. Прийом м'яча знизу обома руками в парах після переміщення. Закріплення виконання нижньої прямої подачі з відстані 4-6 м від сітки. <i>Домашнє завдання:</i> присідання на одній нозі.	
73	Теоретичні відомості: профілактика травматизму. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку окремих м'язових груп. Передача м'яча двома руками зверху в стіну з відстані 3 м. Прийом м'яча знизу обома руками в парах після переміщення. <i>Домашнє завдання:</i> діставання в стрибку різних предметів.	
74	ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку швидкості і спритності. Виконання нижньої бокової подачі (розучування). Ігри, естафети на закріплення способів пересування і передач. <i>Домашнє завдання:</i> діставання в стрибку різних предметів.	
75	Теоретичні відомості: правила змагань(розміщення гравців і правила переходу). ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку витривалості. Передача м'яча двома руками зверху в стіну з відстані 3м-підготовка до складання навчального нормативу. Повторення нижньої бокової подачі. Прийом м'яча знизу обома руками після переміщення і подачі. Ігри, естафети на закріплення способів пересування і передач . <i>Домашнє завдання:</i> підтягування у висі.	
76	Теоретичні відомості: правила змагань (виконання нападаючого удару, блокування.). ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку швидкості і спритності. КН: Передача м'яча двома руками зверху в стіну з відстані 3 м. Прийом м'яча знизу обома руками від стіни. Ігри, естафети на закріплення способів пересування і передач . <i>Домашнє завдання:</i> вистрибування вгору з присіду поштовхом обох ніг.	
77	ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку швидкості і спритності. Прийом м'яча знизу обома руками від стіни. Ігри, естафети на закріплення способів пересування і передач . <i>Домашнє завдання:</i> вистрибування вгору з присіду поштовхом	

	обох ніг.	
78	Теоретичні відомості: правила змагань (порядок проведення заміни гравців). ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку окремих м'язових груп. Передача м'яча двома руками зверху в стіну з відстані 3 м. Прийом м'яча знизу обома руками від стіни. Нижня бокова подача, прийом м'яча знизу обома руками після подачі. <i>Домашнє завдання:</i> згинання і розгинання рук лежачи в упорі. (5x8разів)	
79	Теоретичні відомості: правила змагань (обов'язки гравця задньої лінії «ліберо»). ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку витривалості. КН: Прийом м'яча знизу обома руками від стіни з відстані 2 м. Нижня бокова подача, прийом м'яча знизу обома руками після подачі. Ігри, естафети на закріплення способів пересування і передач. <i>Домашнє завдання:</i> вправи з скакалкою.	
80	Теоретичні відомості: правила змагань (жести суддів, покарання). ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку швидкості і спритності. Виконання нижньої прямої і бокової подачі на оцінку (техніка виконання). Прийом м'яча знизу обома руками від стіни з відстані 2м-повторне виконання на оцінку. Ігри, естафети на закріплення способів пересування і передач. <i>Домашнє завдання:</i> фізичне самовдосконалення.	
Модуль І. Футбол (16 год.) (продовження)		
81	Теоретичні відомості: видатні футболісти України. Правила ТБ. Інструкція №__. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку координації рухів під час пересування. Удар зовнішньою стороною підйому по м'ячу, що котиться. Зупинка м'яча внутрішньою стороною стопи. Ведення м'яча по прямій збільшуючи швидкість. Жонгливання м'ячем. <i>Домашнє завдання:</i> жонгливання м'ячем.	
82	Теоретичні відомості: способи самоконтролю під час занять. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку координації рухів під час пересування. Удар внутрішньою стороною підйому по м'ячу, що летить. Зупинка м'яча грудьми. Жонгливання м'яча. <i>Домашнє завдання:</i> Удар по м'ячу, що летить.	
83	ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку координації рухів під час пересування. Ведення м'яча по прямій з наступним ударом по воротах. Жонгливання м'яча. <i>Домашнє завдання:</i> Удар по м'ячу, що летить.	
84	Теоретичні відомості: удари по м'ячу на точність з відстані 7 м. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку координації рухів під час пересування. Удари по м'ячу на точність з відстані 7 м	

	вивченими способами. <i>Домашнє завдання:</i> вкидання м'яча на дальність.	
85	ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку координації рухів під час пересування. Ведення м'яча вивченими способами з наступним у даром по воротах. Вкидання м'яча з різних вихідних положень на дальність і точність. <i>Домашнє завдання:</i> вкидання м'яча на дальність.	
86	Теоретичні відомості: режим харчування. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку координації рухів під час пересування. Удари на точність вивченими способами з відстані 7 м з місця по нерухомому м'ячу. КН: <i>Удари по нерухомому м'ячу на точність одним із вивчених способів у задану половину футбольних воріт з відстані 7 м (5 ударів)</i> <i>Домашнє завдання:</i> обманні рухи.	
87	ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку координації рухів під час пересування. Обманні рухи: «ударом ногою», «перенесенням ноги через м'яч». Вкидання м'яча з різних вихідних положень на дальність і точність. <i>Домашнє завдання:</i> обманні рухи.	
88	Теоретичні відомості: вплив вправ ранкової гімнастики на організм школяра. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку координації рухів під час пересування. Передача м'яча з місця на точність одним із вивчених способів з відстані 7 м. Удари по м'ячу серединою лоба з місця і в стрибку. Навчальна гра. <i>Домашнє завдання:</i> вкидання м'яча на дальність.	
89	ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку координації рухів під час пересування. Обманні рухи: «відходом», «зупинкою», «випадом». Навчальна гра. <i>Домашнє завдання:</i> обманні рухи.	
90	Теоретичні відомості: сучасні Олімпійські ігри. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку координації рухів під час пересування. КН: <i>4 передачі м'яча з місця на точність партнеру одним із вивчених способів з відстані 7 м.</i> Навчальна гра. <i>Домашнє завдання:</i> удари на точність.	
91	ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку координації рухів під час пересування. Відбирання м'яча спереду, збоку, ззаду. Індивідуальні дії в нападі і захисті. Навчальна гра. <i>Домашнє завдання:</i> удари на точність.	
92	Теоретичні відомості: гігієнічні вимоги до місця занять і спортивної форми. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку координації рухів під час пересування. Передача м'яча з місця на точність одним із вивчених способів з відстані 7 м на оцінку. Жонглювання м'ячем.	

	<i>Домашнє завдання:</i> жонглювання м'ячем.	
93	ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку координації рухів під час пересування. Групові дії в нападі і захисті. Навчальна гра. Жонглювання м'ячем. <i>Домашнє завдання:</i> жонглювання м'ячем.	
94	ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку координації рухів під час пересування. Передачі м'яча на точність з місця вивченими способами. Навчальна гра. <i>Домашнє завдання:</i> удари на точність.	
95	ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку координації рухів під час пересування. Ведення м'яча з наступним ударом по воротах. Індивідуальні і групові дії в нападі і захисті. <i>Домашнє завдання:</i> удари на точність.	
96	ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку координації рухів під час пересування. Передачі м'яча на точність з місця вивченими способами. Ведення м'яча з наступним ударом по воротах. Індивідуальні і групові дії в нападі і захисті. <i>Домашнє завдання:</i> фізичне самовдосконалення.	
Модуль II. Легка атлетика (6 год.)(продовження)		
97	Теоретичні відомості: історія розвитку л/атлетики на Україні. Правила ТБ. Інструкція № __. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку швидкості. Повільний біг з рівномірною швидкістю 500 м (хл.), 300 м (дівч.). Повторний біг 3x60 м (хл.), 2x60 (дівч.). Стрибок у довжину з розбігу. <i>Домашнє завдання:</i> біг на місці біля опори в упорі стоячи.	
98	Рухові якості, які розвиваються засобами легкої атлетики: швидкість, витривалість, спритність, гнучкість та швидко-силові якості. Теоретичні відомості: рухові якості, які розвиваються засобами л/атлетики. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку швидкості. Стрибок у довжину з розбігу. Розучування метання м'ячика з 3-х кроків розбігу. Гра «до своїх прапорців». <i>Домашнє завдання:</i> імітація метання з 3-х кроків.	
99	Теоретичні відомості: правила змагань з метання. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку швидко-силових якостей. Повторний біг 2x60 м. Стрибок у висоту з розбігу сп. «переступання». КН: Метання м'ячика у вертикальну ціль. <i>Домашнє завдання:</i> метання у вертикальну ціль.	
100	Теоретичні відомості: особливості фізичного розвитку у підлітковому віці. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку швидкості. КН: Біг 60 м. КН: Стрибок у висоту з розбігу сп. «переступання». Метання м'ячика у вертикальну і	

	горизонтальну ціль на оцінку. Біг в повільному темпі 800 м (хл.), 500 м (дівч.) з рівномірною швидкістю. <i>Домашнє завдання:</i> метання у вертикальну ціль.	
101	Теоретичні відомості: правила змагань з бігу на довгі дистанції. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку швидкісно-силових якостей. Стрибок у висоту на результат. КН: <i>Біг на витривалість без врахування часу.</i> <i>Домашнє завдання:</i> біг в повільному темпі до 5хв.	
102	Теоретичні відомості: самоконтроль за станом здоров'я. ЗРВ і спеціальні вправи для розвитку швидкості. Біг на витривалість без врахування часу. Стрибок у довжину з місці на результат. Ігри за вибором дітей. <i>Домашнє завдання:</i> фізичне самовдосконалення.	
103	Підсумковий урок	