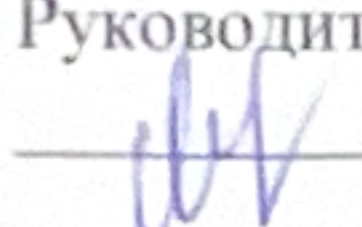
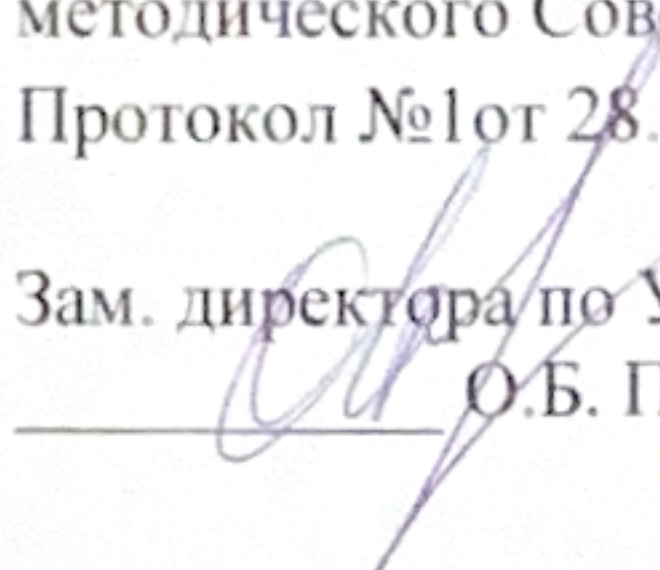


муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя школа с углубленным изучением отдельных предметов № 6 Центрального района Волгограда»

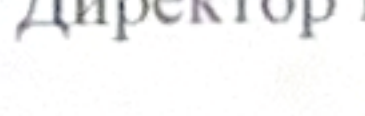
РАССМОТРЕНО

на заседании кафедры
социально-культурной
направленности обучения
Протокол №1 от 26.08.2026
Руководитель кафедры
 О.В. Свиридова

СОГЛАСОВАНО

на заседании научно-
методического Совета
Протокол №1 от 28.08.2026
Зам. директора по УВР
 О.Б. Попова

УТВЕРЖДЕНО

на заседании
педагогического Совета
Протокол №1 от 31.08.2026
(Приказ МОУ СШ №6 от
31.08.2026 № 217)
Директор МОУ СШ №6
 А.Ю. Гаврилова

Календарно-тематическое планирование к
рабочей программе
учебного предмета, курса
«Физическая культура»
11 класс 2026/2027 учебный год

Учитель: Комов Александр Александрович

Волгоград

Календарно-тематическое планирование к рабочей программе учебного предмета,
«Физическая культура» 11 класса 2026/2027 учебный год

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Домашнее задание	Календарные сроки	
					План	Факт
1	Туристские походы как форма активного отдыха	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	04.09.2026	
2	Профессионально-прикладная физическая культура	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	08.09.2026	
3	Восстановительный массаж	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	11.09.2026	
4	Банные процедуры	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	15.09.2026	
5	Измерение функциональных резервов организма	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	18.09.2026	
6	Оказание первой помощи во время самостоятельных занятий физическими упражнениями и активного отдыха	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	22.09.2026	
7	Мероприятия в режиме двигательной активности обучающихся	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	25.09.2026	

8	Бег на короткие и средние дистанции	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	29.09.2026	
9	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: бег на 30 м, 60 м или 100 м	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	02.10.2026	
10	Бег на длинные дистанции	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	06.10.2026	
11	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: бег на 2000 м или 3000 м	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	09.10.2026	
12	Прыжки в длину способом «прогнувшись»	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	13.10.2026	
13	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	16.10.2026	
14	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: челночный бег 3х10 м	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	20.10.2026	
15	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: метание гранаты	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	23.10.2026	

	весом 500 г – девушки; 700 г - юноши					
16	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: кросс на 3 км или 5км	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	06.11.2026	
17	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: кросс на 3 км или 5км	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	10.11.2026	
18	Длинный кувырок с разбега	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	13.11.2026	
19	Кувырок назад в упор	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	17.11.2026	
20	Гимнастическая комбинация на высокой перекладине	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	20.11.2026	
21	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики; наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	24.11.2026	
22	Гимнастическая комбинация на	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	27.11.2026	

	параллельных брусьях		gi.ru/edu-content			
23	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см; поднимание туловища из положения лежа на спине	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	01.12.2026	
24	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	04.12.2026	
25	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	08.12.2026	
26	Ведение мяча	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	11.12.2026	
27	Ведение мяча	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	15.12.2026	
28	Передача мяча	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	18.12.2026	
29	Приемы и броски мяча на месте	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	22.12.2026	
30	Приемы и броски мяча на месте	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	25.12.2026	

			gi.ru/edu-content			
31	Приемы и броски мяча в прыжке	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	29.12.2026	
32	Приемы и броски мяча после ведения	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	12.01.2027	
33	Приемы и броски мяча после ведения	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	15.01.2027	
34	Подачи мяча в разные зоны площадки соперника	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	19.01.2027	
35	Подачи мяча в разные зоны площадки соперника	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	22.01.2027	
36	Приёмы и передачи мяча на месте	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	26.01.2027	
37	Приёмы и передачи в движении	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	29.01.2027	
38	Нападающий удар	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	02.02.2027	
39	Нападающий удар	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	05.02.2027	

			gi.ru/edu-content			
40	Блокирование	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	09.02.2027	
41	Блокирование	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	12.02.2027	
42	Ведение мяча	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	16.02.2027	
43	Приемы мяча	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	19.02.2027	
44	Передачи мяча	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	26.02.2027	
45	Остановки и удары по мячу с места	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	02.03.2027	
46	Остановки и удары по мячу в движении	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	05.03.2027	
47	Остановки и удары по мячу в движении	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	09.03.2027	
48	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	12.03.2027	

	нормативов 5-6 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах		gi.ru/edu-content			
49	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м, 60м или 100м	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	16.03.2027	
50	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м, 60м или 100м	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	19.03.2027	
51	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 2000м или 3000м	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	23.03.2027	
52	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 2000м или 3000м	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	26.03.2027	
53	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км или 5км	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	06.04.2027	
54	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км или 5км	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	09.04.2027	
55	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО:	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	13.04.2027	

	Подтягивание из виса на высокой перекладине. Рывок гири 16кг. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		gi.ru/edu-content			
56	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине. Рывок гири 16кг. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	16.04.2027	
57	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	20.04.2027	
58	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	23.04.2027	
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	27.04.2027	
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	30.04.2027	

	гимнастической скамье					
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	04.05.2027	
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	07.05.2027	
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	11.05.2027	
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	14.05.2027	
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	18.05.2027	
66	Правила выполнения спортивных нормативов. Правила ТБ	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	21.05.2027	

			gi.ru/edu-content			
67	Фестиваль «Мы и ГТО» (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов))	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №1	25.05.2027	
68	Фестиваль «Мы и ГТО» (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов))	1	https://myschool.edu.ru/ https://www.gosuslugi.ru/edu-content	Комплекс №2	25.05.2027	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		