

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ШКОЛА-ГИМНАЗИЯ № 39 ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА КРЕЙЗЕРА Я.Г.»  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ СИМФЕРОПОЛЬ  
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

Рассмотрена и рекомендована к утверждению школьным методическим объединением учителей физической культуры протокол №_____ от «25» 08.2021г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР МБОУ «Школа-гимназия №39 им. Крейзера Я.Г.» г. Симферополя _____ Е.Ф.Кузьменко  «27» 08.2021г.	УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ «Школа-гимназия №39» г. им. Крейзера Я.Г.» Симферополя _____ Н.В. Киричкова Приказ № 532 от «30» 08.2021г.
--	--	--

**Календарно-тематическое планирование  
по физической культуре  
для \_\_10\_\_ «\_А,Б\_» классов  
на 2021/2022  
учебный год**

**количество часов в неделю: \_2\_  
количество часов в год: \_68\_**

Составитель: учитель физической культуры  
Щербинина Светлана Леонидовна.

г. Симферополь,  
2021 г.

### Учебно- тематический план

№ п/п	Разделы программы	Модуль программы воспитания «Школьный урок»	Количес тво часов	Тесты
1	Знания о физической культуре  Лёгкая атлетика	Всероссийский открытый урок «ОБЖ» (действия в условиях различного рода ЧС) День солидарности в борьбе с терроризмом  Неделя безопасности дорожного движения	32	1
2	Гимнастика	Международный день толерантности  Всероссийский урок «История самбо»	9	1
3	Баскетбол	День героев Отечества  День добровольца	12	1
4	Волейбол	День защитника Отечества  Предметная неделя  Международный день защиты детей	15	1

**Календарно-тематическое планирование  
по физической культуре, \_10-А\_класс**

№ урок а	Тема урока	Количес т во часов	Дата проведения	
			план	факт
1 четверть(17ч). Знания о физической культуре(2ч).				
1	Инструктаж по ТБ. Понятие о физической культуре личности	1	02.09	
2	Физическая культура и спорт в профилактике заболеваний и укрепления здоровья	1	06.09	
Способы двигательной деятельности Физическое совершенство				
Легкая атлетика (15ч)				
3	ТБ. Спринтерский бег. Эстафетный бег.	1	09.09	
4	ТБ. Спринтерский бег 60м. Игра	1	13.09	
5	ТБ. Спринтерский бег. Спортивная игра .ОФП	1	16.09	
6	ТБ. Спринтерский бег. Бег 100м на результат.	1	20.09	
7	ТБ. Прыжки в длину с места. Челночный бег. ОФП	1	23.09	
8	ТБ. Прыжки в длину с места. Челночный бег 3x10м на результат.	1	27.09	
9	ТБ. Прыжки в длину с места на результат. Спортивная игра.	1	30.09	
10	ТБ. Метание мяча и гранаты. ОФП.	1	04.10	
11	ТБ. Метание мяча и гранаты. Спортивная игра.	1	07.10	
12	ТБ. Метание гранаты 500г на результат. Спортивная игра.	1	11.10	
13	ТБ. Бег по пересеченной местности. Преодоление горизонтальных препятствий.	1	14.10	
14	ТБ. Бег по пересеченной местности. ОФП	1	18.10	
15-16	ТБ. Бег по пересеченной местности. Спортивная игра.	2	21.10 25.10	
17	ТБ. Бег 2000м - на результат. Спортивная игра.	1	28.10	
2 четверть(16ч). Гимнастика(9ч).				
18	Инструкция по ТБ Акробатические упражнения	1	08.11	
19-21	ТБ. Акробатические упражнения	3	11.11 15.11 18.11	
22	ТБ. Акробатические упражнения- оценка техники выполнения.	1	22.11	
23	ТБ. Опорные прыжки. Строевые упражнения.	1	25.11	
24	ТБ. Опорные прыжки - оценка техники выполнения.	1	29.11	
25	ТБ. Висы. Подтягивание	1	02.12	
26	ТБ. Висы. Подтягивание - оценка техники выполнения.	1	06.12	
Баскетбол(7ч)				
27	Инструкция по ТБ. Совершенствование техники перемещений, ведения и бросков мяча	1	09.12	
28	ТБ. Совершенствование техники перемещений,	1	13.12	

	ведения и бросков мяча			
29	ТБ. Техника штрафных бросков – оценка техники выполнения. Игра по правилам.	1	16.12	
30	ТБ. Техника стоек , поворотов, ведений мяча.	1	20.12	
31	ТБ. Совершенствование техники ведения – два шага_ бросок – <b>оценка техники выполнения.</b>	1	23.12	
32 - 33	ТБ. Игра по правилам	2	27.12 30.12	
<b>3 четверть(20ч) Баскетбол (5ч)</b>				
34	Инструктаж по ТБ. Овладение игрой, технико – тактические действия	1	10.01	
35	ТБ. Совершенствование тактики игры	1	13.01	
36- 38	ТБ. Игра по правилам	3	17.01 20.01 24.01	
<b>Волейбол(15ч)</b>				
39	Инструкция по ТБ. Совершенствование техники передвижений, остановок	1	27.01	
40	ТБ. Совершенствование техники приёма и передачи мяча	1	31.01	
41	ТБ. Совершенствование техники прямой верхней подачи	1	03.02	
42- 43	ТБ. Совершенствование техники нападающего удара. Игра.	2	07.02 10.02	
44	ТБ. Техника нападающего удара --- оценка техники выполнения.	1	14.02	
45 - 46	ТБ. Совершенствование техники защитных действий. Игра	2	17.02 21.02	
47- 48	ТБ. Совершенствование техники защитных действий. Игра	2	24.02 28.02	
49- 53	Игра в волейбол по правилам	5	03.03 07.03 10.03 14.03 17.03	
<b>4 четверть(15ч). Лёгкая атлетика(15ч)</b>				
54	ТБ. Бег по пересеченной местности. Преодоление горизонтальных препятствий.	1	28.03	
55	ТБ. Бег по пересеченной местности. ОФП	1	31.03	
56	ТБ. Бег по пересеченной местности Спортивная игра	1	04.04	
57	ТБ. Бег 2000м - на результат. Спортивная игра	1	07.04	
58	ТБ. Спринтерский бег. Спортивная игра	1	11.04	
59	ТБ. Спринтерский бег. Эстафетный бег.	1	14.04	
60	ТБ. Спринтерский бег 60м. Игра	1	18.04	
61	ТБ. Спринтерский бег. Спортивная игра .ОФП	1	21.04	
62	ТБ. Спринтерский бег. Бег 100м на результат.	1	28.04	
63	ТБ. Прыжки в длину с места. Челночный бег. ОФП	1	05.05	
64	ТБ. Прыжки в длину с места. Челночный бег 3x10м	1	12.05	

	на результат.			
<b>65</b>	ТБ. Прыжки в длину с места на результат. Спортивная игра.	<b><i>1</i></b>	<b><i>16.05</i></b>	
<b>66</b>	ТБ. Метание мяча и гранаты. Спортивная игра.	<b><i>1</i></b>	<b><i>23.05</i></b>	
<b>67</b>	ТБ. Метание гранаты 500г на результат. Спортивная игра.	<b><i>1</i></b>	<b><i>25.05</i></b>	
<b>68</b>	ТБ. Спортивная игра.	<b><i>1</i></b>	<b><i>30.05</i></b>	

### Учебно- тематический план

№ п/п	Разделы программы	Модуль программы воспитания «Школьный урок»	Количес тво часов	Тесты
1	Знания о физической культуре  Лёгкая атлетика	Всероссийский открытый урок «ОБЖ» (действия в условиях различного рода ЧС) День солидарности в борьбе с терроризмом  Неделя безопасности дорожного движения	33	1
2	Гимнастика	Международный день толерантности  Всероссийский урок «История самбо»	9	1
3	Баскетбол	День героев Отечества  День добровольца	12	1
4	Волейбол	День защитника Отечества  Предметная неделя  Международный день защиты детей	14	1

**Календарно-тематическое планирование  
по физической культуре, 10-Б класс**

№ урока	Тема урока	Количес т во часов	Дата проведения	
			план	факт
1 четверть(17ч). Знания о физической культуре(2ч)				
1	Инструктаж по ТБ. Понятие о физической культуре личности	1	02.09	
2	Физическая культура и спорт в профилактике заболеваний и укрепления здоровья	1	07.09	
Легкая атлетика (15ч)				
3	ТБ. Спринтерский бег. Эстафетный бег.	1	09.09	
4	ТБ. Спринтерский бег 60м. Игра	1	14.09	
5	ТБ. Спринтерский бег. Спортивная игра .ОФП	1	16.09	
6	ТБ. Спринтерский бег. Бег 100м на результат.	1	21.09	
7	ТБ. Прыжки в длину с места. Челночный бег. ОФП	1	23.09	
8	ТБ. Прыжки в длину с места. Челночный бег 3x10м на результат.	1	28.09	
9	ТБ. Прыжки в длину с места на результат. Спортивная игра.	1	30.09	
10	ТБ. Метание мяча и гранаты. ОФП.	1	05.10	
11	ТБ. Метание мяча и гранаты. Спортивная игра.	1	07.10	
12	ТБ. Метание гранаты 500г на результат.	1	12.10	
13	ТБ. Бег по пересеченной местности. Спортивная игра	1	14.10	
14	ТБ. Бег по пересеченной местности. ОФП		19.10	
15	ТБ. Бег 2000м - на результат. Спортивная игра.			
16-17	Спортивная игра	3	21.10 26.10 28.10	
2 четверть(16ч). Гимнастика(9ч).				
18	Инструкция по ТБ Акробатические упражнения	1	09.11	
19-21	ТБ. Акробатические упражнения и комбинации	3	11.11 16.11 18.11	
22	ТБ. Акробатические упражнения- оценка техники выполнения.	1	23.11	
23	ТБ. Опорные прыжки. Строевые упражнения.	1	25.11	
24	ТБ. Упражнения на гибкость, поднимание туловища	1	30.11	
25	ТБ. Висы. Подтягивание	1	02.12	
26	ТБ. Висы. Подтягивание - оценка техники выполнения.	1	07.12	
Баскетбол(7ч)				
27	Инструкция по ТБ. Совершенствование техники перемещений, ведения и бросков мяча	1	09.12	
28	ТБ. Совершенствование техники перемещений, ведения и бросков мяча	1	14.12	
29	ТБ. Техника штрафных бросков – оценка техники выполнения. Игра по правилам.	1	16.12	
30	ТБ. Техника стоек , поворотов, ведений мяча..	1	21.12	

31	ТБ. Совершенствование техники ведения – два шага бросок – <b>оценка техники выполнения.</b>	1	23.12	
32 - 33	ТБ. Игра по правилам	2	28.12 30.12	
<b>3 четверть(19ч). Баскетбол (5ч)</b>				
34	Инструктаж по ТБ. Овладение игрой, технико – тактические действия	1	11.01	
35	ТБ. Совершенствование тактики игры	1	13.01	
36-38	ТБ. Игра по правилам	3	18.01 20.01 25.01	
<b>Волейбол(14ч)</b>				
39	Инструкция по ТБ. Совершенствование техники передвижений, остановок	1	27.01	
40	ТБ. Совершенствование техники приёма и передачи мяча	1	01.02	
41-43	ТБ. Совершенствование техники прямой верхней подачи	3	03.02 08.02 10.02	
44-45	ТБ. Совершенствование техники нападающего удара. Игра.	2	15.02 17.02	
46	ТБ. Техника нападающего удара --- оценка техники выполнения.	1	22.02	
47-48	ТБ. Совершенствование техники защитных действий. Игра	2	24.02 01.03	
49	ТБ. Совершенствование тактики игры. Игра.	1	03.03	
50-52	Игра в волейбол по правилам	3	10.03 15.03 17.03	
<b>4 четверть(16ч). Лёгкая атлетика(16ч)</b>				
53	ТБ. Бег по пересеченной местности. Преодоление горизонтальных препятствий.	1	29.03	
54-55	ТБ. Бег по пересеченной местности. ОФП	2	31.03 05.04	
56	ТБ. Бег 2000м - на результат. Спортивная игра.	1	07.04	
57	ТБ. Спринтерский бег. Эстафетный бег.	1	12.04	
58	ТБ. Спринтерский бег 60м. Игра	1	14.04	
59-60	ТБ. Спринтерский бег. Спортивная игра .ОФП	2	19.04 21.04	
61	ТБ. Спринтерский бег. Бег 100м на результат.	1	26.04	
62	ТБ. Прыжки в длину с места. Челночный бег. ОФП	1	28.04	
63	ТБ. Прыжки в длину с места. Челночный бег 3x10м на результат.	1	05.05	
64	ТБ. Прыжки в длину с места на результат. Спортивная игра.	1	12.05	
65-66	ТБ. Метание мяча и гранаты. Спортивная игра.	2	17.05 19.05	
67	ТБ. Метание гранаты 500г на рез-тат. Спорт игра.	1	24.05	
68	Спортивная игра.	1	26.05	



