

**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 №1 25.08.22	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР МБОУ «Школа-гимназия №39 им. Крейзера Я.Г.» г. Симферополя _____ А.А.Крутских 30.08.22	УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ «Школа-гимназия №39» г. им. Крейзера Я.Г.» Симферополя _____ Н.В. Киричкова Приказ №479 30.08.22
--	---	---

**Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности «Физическая культура»  
для \_\_3\_\_ «А» класса  
на 2022/2023 учебный год**

**количество часов в неделю: \_1\_  
количество часов в год: \_34\_**

Составитель: учитель физической культуры  
Шалычев Дмитрий Витальевич

г. Симферополь,  
2022 г.

**Учебно- тематический план**  
(в том числе с учетом рабочей программы воспитания)

№ п/п	Разделы программы	Модуль программы воспитания. Курсы внеурочной деятельности	Количество часов	Тесты
1	Знания о физической культуре  Способы физкультурной деятельности	Всероссийский открытый урок «ОБЖ» (действия в условиях различного рода ЧС)  Неделя безопасности дорожного движения	2	1
2	Гимнастика с основами акробатики	Международный день толерантности  Всероссийский урок «История самбо»	5	1
3	Подвижные игры с элементами баскетбола	День героев Отечества День добровольца	3	1
4	Подвижные игры	День защитника Отечества Предметная неделя	9	1
5	Лёгкая атлетика	Всероссийский открытый урок «ОБЖ»(день пожарной охраны)  Международный день защиты детей	15	1
ИТОГО:			34	

**Календарно-тематическое планирование  
курса внеурочной деятельности «Физическая культура» 3-А класс.**

№ урока	Тема урока	Количес т во часов	Дата проведения	
			план	факт
<b>1 четверть(9ч). Знания о физической культуре(1ч)</b>				
<b>1</b>	Правила простейших соревнований	<b>1</b>	<b>02.09</b>	
<b>Способы физкультурной деятельности(1ч)</b>				
<b>2</b>	Режим дня.	<b>1</b>	<b>09.09</b>	
<b>Физическое совершенствование.</b>				
<b>Лёгкая атлетика(6ч)</b>				
<b>3</b>	ТБ. Высокий старт. Бег по дистанции. Игра.	<b>1</b>	<b>16.09</b>	
<b>4</b>	ТБ. Прыжки в длину с места. Прыжки с высоты 60см. Игра.	<b>1</b>	<b>23.09</b>	
<b>5</b>	ТБ. Прыжки в длину с места на результат. Многоскоки. Подвижная игра.	<b>1</b>	<b>30.09</b>	
<b>6</b>	ТБ. Метание малого мяча с места на заданное расстояние.	<b>1</b>	<b>07.10</b>	
<b>7</b>	ТБ. Бег по пересеченной местности(7мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы. Игра.	<b>1</b>	<b>14.10</b>	
<b>8</b>	ТБ. Подвижные игры и эстафеты	<b>1</b>	<b>21.10</b>	
<b>9</b>	ТБ. Подвижные игры и эстафеты		<b>28.10</b>	
<b>2 четверть(8ч). Гимнастика с основами акробатики(5ч)</b>				
<b>10</b>	ТБ. Техника ранее освоенных акробатических упражнений	<b>1</b>	<b>11.11</b>	
<b>11</b>	ТБ. Гимнастические упражнения. Висы	<b>1</b>	<b>18.11</b>	
<b>12</b>	ТБ. Гимнастические упражнения. Висы	<b>1</b>	<b>25.11</b>	
<b>13</b>	ТБ. Упражнения для освоения передвижений и поворотов на гимнастическом бревне.	<b>1</b>	<b>02.12</b>	
<b>14</b>	ТБ. Преодоление полосы препятствий. Игра.	<b>1</b>	<b>09.12</b>	
<b>Подвижные игры с элементами баскетбола(3ч)</b>				
<b>15</b>	ТБ. Броски мяча в корзину. Игра «Попади в кольцо»	<b>1</b>	<b>16.12</b>	
<b>16</b>	ТБ. Подвижные игры: «Гонка баскетбольных мячей»	<b>1</b>	<b>23.12</b>	
<b>17</b>	ТБ. Подвижные игры на материале баскетбола	<b>1</b>	<b>30.12</b>	
<b>3 четверть(9ч). Подвижные игры(9ч)</b>				
<b>18</b>	Инструкция по ТБ. Упражнения из национальных подвижных игр	<b>1</b>	<b>13.01</b>	
<b>19</b>	ТБ. Игры «Кто дальше бросит», «Кто обгонит».	<b>1</b>	<b>20.01</b>	
<b>20</b>	ТБ. Игры «Кто обгонит», «Через кочки и пенечки».	<b>1</b>	<b>27.01</b>	
<b>21</b>	ТБ. Игры «Наступление», «Метко в цель». Эстафеты с мячами.	<b>1</b>	<b>03.02</b>	
<b>22</b>	ТБ. Игры «Вызов номеров», «Защита укреплений».	<b>1</b>	<b>10.02</b>	
<b>23</b>	ТБ. Игра «Перестрелка»	<b>1</b>	<b>17.02</b>	
<b>24</b>	ТБ. Игры «Кто дальше бросит», «Волк во рву». Эстафеты.	<b>1</b>	<b>03.03</b>	
<b>25</b>	ТБ. Игры «Наступление», «Метко в цель». Эстафеты с мячами.	<b>1</b>	<b>10.03</b>	
<b>26</b>	ТБ. Игры на материале волейбола	<b>1</b>	<b>17.03</b>	
<b>4 четверть(8ч). Лёгкая атлетика(8ч)</b>				
<b>27</b>	Инструкция по ТБ. Высокий старт. Игра.	<b>1</b>	<b>31.03</b>	
<b>28</b>	ТБ. Бег по пересеченной местности(4мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы. Игра.	<b>1</b>	<b>07.04</b>	

<b>29</b>	ТБ. Бег по пересеченной местности(5мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы. Игра.	<b>1</b>	<b>14.04</b>	
<b>30</b>	ТБ. Бег по пересеченной местности(7мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы. Игра.	<b>1</b>	<b>28.04</b>	
<b>31</b>	ТБ. Высокий старт. Бег по дистанции. Игра.	<b>1</b>	<b>05.05</b>	
<b>32</b>	ТБ. Прыжки в длину с места. Прыжки с высоты 60см. Игра.	<b>1</b>	<b>12.05</b>	
<b>33</b>	ТБ. Метание малого мяча с места на заданное расстояние. Подвижная игра.	<b>1</b>	<b>19.05</b>	
<b>34</b>	ТБ. Подвижная игра.	<b>1</b>	<b>26.05</b>	