

**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 от «25» 08. 2022г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР МБОУ «Школа-гимназия №39 им. Крейзера Я.Г.» г. Симферополя _____ Е.Ф.Кузьменко «30» 08. 2022г.	УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ «Школа-гимназия №39» им. Крейзера Я.Г.» г. Симферополя _____ Н.В. Киричкова Приказ № 479 от «30» 08. 2022г.
---	---	---

**Календарно-тематическое планирование
по физической культуре
для _10_ «А» класса
на 2022/2023 учебный год**

**количество часов в неделю: _2_
количество часов в год: _68_**

Составитель: учитель
Шалычев Д.В.

г. Симферополь,
2022 г.

Учебно- тематический план

№ п/п	Разделы программы	Модуль программы воспитания «Школьный урок»	Количес т во часов	Тесты
1	Знания о физической культуре Организация и проведение занятий профессионально- прикладной подготовкой	Всероссийский открытый урок «ОБЖ» (действия в условиях различного рода ЧС)	5	1
2	Лёгкая атлетика	День солидарности в борьбе с терроризмом Неделя безопасности дорожного движения	27	1
3	Гимнастика	Международный день толерантности Всероссийский урок «История самбо»	10	1
4	Баскетбол	День героев Отечества День добровольца	11	1
5	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 полугодие(33ч). Знания о физической культуре(2ч).				
1	Инструктаж по ТБ. Понятие о физической культуре личности	1	01.09	
2	Физическая культура и спорт в профилактике заболеваний и укрепления здоровья	1	02.09	
Организация и проведение занятий профессионально-прикладной подготовкой (3ч)				
3	Профессионально-прикладная физическая подготовка	1	08.09	
4	Проведение самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой	1	09.09	
5	Доврачебная помощь при травмах	1	15.09	
Физическое совершенствование				
Легкая атлетика (11ч)				
6	Физкультурно-оздоровительная деятельность	1	16.09	
7	ТБ. Спринтерский бег. Эстафетный бег.	1	22.09	
8	ТБ. Спринтерский бег 60м. Игра	1	23.09	
9	ТБ. Прыжки в длину с места. Челночный бег 3х10м	1	29.09	
10	ТБ. Прыжки в длину с места на результат. Спортивная игра.	1	30.09	
11	ТБ. Метание мяча и гранаты. Спортивная игра.	1	06.10	
12	ТБ. Метание гранаты 700г на результат. Спортивная игра.	1	07.10	
13	ТБ. Бег по пересеченной местности. Преодоление препятствий.	1	13.10	
14	ТБ. Бег по пересеченной местности. ОФП	1	14.10	
15	ТБ. Бег по пересеченной местности. Спортивная игра.	1	20.10	
16	ТБ. Бег 2000м - на результат. Спортивная игра.	1	21.10	
17	Прикладно-ориентированная физкультурная деятельность	1	27.10	
18	Общефизическая подготовка	1	28.10	
Гимнастика(8ч).				
19	Инструкция по ТБ Акробатические упражнения	1	11.11	
20-21	ТБ. Акробатические упражнения.	2	17.11 18.11	
22	ТБ. Акробатические упражнения- оценка техники выполнения.	1	24.10	
23	ТБ. Опорные прыжки. Строевые упражнения.	1	25.11	
24	ТБ. Опорные прыжки - оценка техники выполнения.	1	01.12	
25	ТБ. Висы. Подтягивание	1	02.12	
26	ТБ. Висы. Подтягивание - оценка техники выполнения.	1	08.12	
Баскетбол(7ч)				
27	Инструкция по ТБ. Совершенствование техники	1	09.12	

	перемещений, ведения и бросков мяча			
28	ТБ. Техника штрафных бросков – оценка техники выполнения. Игра по правилам.	1	15.12	
29	ТБ. Совершенствование техники перемещений и поворотов	1	16.12	
30	ТБ. Совершенствование техники ведения – два шага_ бросок – оценка техники выполнения.	1	22.12	
31-33	ТБ. Игра в баскетбол по правилам	3	23.12 29.12 30.12	
2 полугодие (35ч). Баскетбол (5ч)				
34	Инструкция по ТБ. Овладение игрой, технико – тактические действия	1	12.01	
35	ТБ. Совершенствование тактики игры	1	13.01	
36-38	ТБ. Игра по правилам	3	19.01 20.01 26.01	
Волейбол(13ч)				
39	Инструкция по ТБ. Совершенствование техники передвижений, остановок	1	27.01	
40	ТБ. Совершенствование техники приёма и передачи мяча	1	02.02	
41-42	ТБ. Совершенствование техники прямой верхней подачи	2	03.02 09.02	
43-44	ТБ. Совершенствование техники нападающего удара. Игра.	2	10.02 16.02	
45	ТБ. Техника нападающего удара --- оценка техники выполнения.	1	17.02	
46-47	ТБ. Совершенствование техники защитных действий. Игра	2	02.03 03.03	
48-49	ТБ. Совершенствование техники защитных действий. Игра	2	09.03 10.03	
50-51	Игра в волейбол по правилам	2	16.03 17.03	
Лёгкая атлетика(17ч)				
52	Инструкция по ТБ. Бег по пересеченной местности.	1	30.03	
53-54	ТБ. Бег по пересеченной местности. ОФП	2	31.03 06.04	
55	ТБ. Бег 2000м - на результат. Спортивная игра	1	07.04	
56	ТБ. Спринтерский бег. Спортивная игра	1	13.04	
57	ТБ. Спринтерский бег. Эстафетный бег.	1	14.04	
58	ТБ. Спринтерский бег 60м. Игра	1	20.04	
59	ТБ. Спринтерский бег. Бег 100м на результат.	1	27.04	
60	ТБ. Прыжки в длину с места. Челночный бег. ОФП	1	28.04	
61	ТБ. Прыжки в длину с места. Челночный бег 3х10м на результат.	1	04.05	
62	ТБ. Прыжки в длину с места на результат. Спортивная игра.	1	05.05	
63	ТБ. Метание мяча и гранаты. Спортивная игра.	1	11.05	

64	ТБ. Метание гранаты 700г на результат. Спортивная игра.	<i>1</i>	<i>12.05</i>	
65	Прикладно-ориентированная физкультурная деятельность	<i>1</i>	<i>18.05</i>	
66	Общефизическая подготовка	<i>1</i>	<i>19.05</i>	
67	ТБ. Спортивная игра.	<i>1</i>	<i>25.05</i>	
68	ТБ. Спортивная игра.	<i>1</i>	<i>26.05</i>	

[illegible]