

**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» 08.2021г.	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.
---	--	--

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности «Физическая культура»
для __5__ «А,Б» классов
на 2021/2022 учебный год**

количество часов в неделю: _1_
количество часов в год: _34_

Составитель: учитель физической культуры
Щербинина Светлана Леонидовна

г. Симферополь,
2021 г.

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

№ п/п	Разделы программы	Модуль программы воспитания Курсы внеурочной деятельности	Количес тво часов	Тесты
1	Знания о физической культуре Лыжные гонки Футбол	Всероссийский открытый урок «ОБЖ» (действия в условиях различного рода ЧС) Неделя безопасности дорожного движения	4	1
2	Гимнастика	Международный день толерантности Всероссийский урок «История самбо»	4	1
3	Баскетбол	День героев Отечества День добровольца	5	1
4	Волейбол	День защитника Отечества Предметная неделя	7	1
5	Лёгкая атлетика	Всероссийский открытый урок «ОБЖ» (день пожарной охраны) Международный день защиты детей	14	1
ИТОГО:			34	

**Календарно-тематическое планирование
по курсу внеурочной деятельности «Физическая культура», 5 А,Б классов**

№ урока	Тема урока	Количес т во часов	Дата проведения	
			план	факт
<i>1 четверть(9ч) Знания о физической культуре(1ч)</i>				
1	Физическая культура (основные понятия)	1	03.09	
<i>Способы двигательной деятельности Физическое совершенство Лёгкая атлетика(5ч)</i>				
2	ТБ. Техника выполнения старта с опорой на одну руку. Бег по дистанции (30м).	1	10.09	
3	ТБ. Бег на скорость по дистанции. Эстафетный бег.	1	17.09	
4	ТБ. Прыжок в длину с места, техника отталкивания.	1	24.09	
5-6	ТБ. Техника бега на длинные дистанции, особенности его выполнения	1	01.10 08.10	
<i>Лыжные гонки(2ч)</i>				
7	Передвижение на лыжах. Попеременный двухшажный ход(теоретический урок)	1	15.10	
8	Повороты стоя на лыжах, подъёмы (теоретический урок)	1	22.10	
<i>Футбол(1ч)</i>				
9	Игра по упрощённым правилам	1	29.10	
<i>2 четверть(7ч) Гимнастика(4ч)</i>				
10	ТБ. Акробатические упражнения	1	12.11	
11	ТБ. Комбинация из разученных приемов акробатики.	1	19.11	
12	ТБ. Опорные прыжки. Строевые упражнения.	1	26.11	
13	ТБ. Упражнения и комбинации на гимнастическом бревне (девочки). Висы (м)	1	03.12	
<i>Баскетбол(3ч)</i>				
14	ТБ. Техника передвижения в стойке баскетболиста.	1	10.12	
15	ТБ. Техника остановки двумя шагами. Игра в мини- баскетбол.	1	17.12	
16	ТБ. Техника ведения мяча с изменением направления движения.	1	24.12	
<i>3 четверть(9ч)Баскетбол(2ч)</i>				
17	ТБ. Техника броска мяча в корзину двумя руками после ведения	1	14.01	
18	ТБ. Игра в мини-баскетбол.	1	21.01	
<i>Волейбол(7ч)</i>				
19	Инструкция по ТБ. Техника передачи мяча	1	28.01	
20	ТБ. Техника верхней прямой передачи мяча. Игра	1	04.02	
21	ТБ. Техника верхней прямой передачи мяча. Игра	1	11.02	
22	ТБ. Техника прямой нижней передачи мяча	1	18.02	
23-25	ТБ. Игра в волейбол по упрощённым правилам	2	25.02 04.03 11.03	
<i>4 четверть(9ч) Лёгкая атлетика(9ч)</i>				

