

**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 __7__ «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	6	1
4	Волейбол	День защитника Отечества Предметная неделя	7	1
5	Лёгкая атлетика	Всероссийский открытый урок «ОБЖ» (день пожарной охраны) Международный день защиты детей	13	1
ИТОГО:			34	

по курсу внеурочной деятельности «Физическая культура», 7 А,Б классов

№ урока	Тема урока	Количес т во часов	Дата проведения	
			план	факт
1 четверть(8ч) Знания о физической культуре(1ч)				
1	Физическая культура человека	1	07.09	
Способы двигательной деятельности				
Физическое совершенство				
Лёгкая атлетика(4ч)				
2	ТБ. Техника выполнения старта с опорой на одну руку. Бег по дистанции (30м).	1	14.09	
3	ТБ. Бег на скорость по дистанции. Эстафетный бег.	1	21.09	
4	ТБ. Прыжок в длину с места, техника отталкивания.	1	28.09	
5	ТБ. Техника гладкого равномерного бега(13мин). Преодоление препятствий	1	05.10	
Лыжные гонки(2ч)				
6	.Передвижение на лыжах(теоретический урок)	1	12.10	
7	Торможение и повороты, спуски и подъёмы на лыжах(теоретический урок)	1	19.10	
Футбол(1ч)				
8	Техника ударов по мячу. Игра	1	26.10	
2 четверть(8ч) Гимнастика(4ч)				
9	ТБ. Акробатические упражнения	1	09.11	
10	ТБ. Комбинация из разученных приемов акробатики.	1	16.11	
11	ТБ. Опорные прыжки. Строевые упражнения.	1	23.11	
12	ТБ. Упражнения и комбинации на гимнастическом бревне (девочки). Висы (м)	1	30.11	
Баскетбол(4ч)				
13	ТБ. Техника передвижения в стойке баскетболиста.	1	07.12	
14	ТБ. Техника остановки двумя шагами. Игра в мини- баскетбол.	1	14.12	
15	ТБ. Техника остановки прыжком. Игра в мини-баскетбол.	1	21.12	
16	ТБ. Техника ведения мяча с изменением направления движения.	1	28.12	
3 четверть(9ч). Баскетбол(2ч)				
17	ТБ. Техника броска мяча в корзину двумя руками после ведения	1	11.01	
18	ТБ. Игра в мини-баскетбол.	1	18.01	
Волейбол(7ч)				
19	Инструкция по ТБ. Совершенствование техники приёма и передачи мяча	1	25.01	
20	ТБ. Техника верхней прямой передачи мяча. Игра	1	01.02	
21	ТБ. Техника верхней прямой передачи мяча.	1	08.02	
22	ТБ. Техника прямой нижней подачи – оценка техники выполнения.	1	15.02	
23	ТБ. Техничко- тактические действия при подаче и передаче мяча.	1	22.02	
24-25	ТБ.Игра в волейбол по правилам	2	01.03	

