

**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 __8__ «В» класса
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	

**Календарно-тематическое планирование
по курсу внеурочной деятельности «Физическая культура», 8-В класса**

№ урока	Тема урока	Количес т во часов	Дата проведения	
			план	факт
1 четверть(9ч) Знания о физической культуре(1ч)				
1	Инструкция по ТБ. Адаптивная физическая культура	1	01.09	
Способы двигательной деятельности Физическое совершенство				
Лёгкая атлетика(5ч)				
2	ТБ. Техника выполнения старта с опорой на одну руку. Бег по дистанции (30м).	1	08.09	
3	ТБ. Техника спринтерского бега. Эстафетный бег.	1	15.09	
4	ТБ. Прыжковые упражнения Метание мяча.	1	22.09	
5	ТБ. Техника равномерного бега(13мин). Преодоление препятствий	1	29.09	
6	ТБ. Техника равномерного бега(16мин). Преодоление препятствий	1	06.10	
Лыжные гонки(2ч)				
7	Передвижение на лыжах(теоретический урок)	1	13.10	
8	Подъёмы, спуски, повороты, торможение(теоретический урок)	1	20.10	
Футбол(1ч)				
9	ТБ. Техника ударов по мячу. Игра	1	27.10	
2 четверть(8ч) Гимнастика(4ч)				
10	Инструкция по ТБ. Акробатические упражнения	1	10.11	
11	ТБ. Комбинация из разученных приемов акробатики.	1	17.11	
12	ТБ. Опорные прыжки. Строевые упражнения.	1	24.11	
13	ТБ. Упражнения и комбинации на гимнастическом бревне (девочки). Висы (м)	1	01.12	
Баскетбол(4ч)				
14	Инструкция по ТБ. Техника передвижения в стойке баскетболиста.	1	08.12	
15	ТБ. Техника передачи мяча одной рукой, при встречном движении	1	15.12	
16	ТБ. Техника перехвата мяча во время передачи и ведения мяча	1	22.12	
17	ТБ. Техника ведения мяча с изменением направления движения.	1	29.12	
3 четверть(9ч). Баскетбол(2ч)				
18	ТБ. Техника броска мяча в корзину двумя руками после ведения	1	12.01	
19	ТБ. Игра в мини-баскетбол.	1	19.01	
Волейбол(7ч)				
20	Инструкция по ТБ. Совершенствование техники приёма и передачи мяча	1	26.01	
21	ТБ. Техника верхней прямой передачи мяча. Игра	1	02.02	
22	ТБ. Техника верхней прямой подачи мяча.	1	09.02	

23	ТБ. Прямая нижняя подача – оценка техники выполнения.	1	16.02	
24	Технико- тактические действия при подаче и передаче мяча.	1	02.03	
25-26	ТБ.Игра в волейбол по правилам	2	09.03 16.03	
Лёгкая атлетика(8ч)				
27	Инструкция по ТБ. Техника гладкого равномерного бега (13мин). Преодоление препятствий	1	30.03	
28	ТБ. Техника гладкого равномерного бега (14мин). Преодоление препятствий	1	06.04	
29	ТБ. Техника гладкого равномерного бега (15мин). Преодоление препятствий	1	13.04	
30	ТБ. Техника гладкого равномерного бега (16мин). Преодоление препятствий	1	20.04	
31	ТБ. Техника спринтерского бега. Челночный бег 3*10м. Беговые упражнения	1	27.04	
32	ТБ. Техника выполнения эстафетного бега. Стартовый разбег(30м).	1	04.05	
33	ТБ. Техника прыжка в длину с места. Метание малого мяча на дальность.	1	11.05	
34	ТБ. Спортивна игра.		18.05	

**Лист корректировки рабочей программы
по курсу внеурочной деятельности «Физическая культура»
для __8__ «_В_» класса
Учитель Щербина С.Л.**

[illegible]