

**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 __10__ «Б» 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	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», 9-А класса

№ урока	Тема урока	Количес во часов	Дата проведения	
			план	факт
<i>1 четверть(8ч) Знания о физической культуре(1ч)</i>				
<i>1</i>	Проведение банных процедур. Организация и проведение занятий профессионально-прикладной подготовкой	<i>1</i>	<i>01.09</i>	
<i>Способы двигательной деятельности</i>				
<i>Физическое совершенство</i>				
<i>Лёгкая атлетика(4ч)</i>				
<i>2</i>	ТБ. Физкультурно - оздоровительная деятельность.	<i>1</i>	<i>08.09</i>	
<i>3</i>	ТБ. Техника спринтерского бега. Эстафетный бег.	<i>1</i>	<i>15.09</i>	
<i>4</i>	ТБ. Прыжок в длину с места, техника отталкивания.	<i>1</i>	<i>22.09</i>	

5	ТБ. Техника метания мяча. Спортивная игра		29.09	
6	ТБ. Техника равномерного бега(13мин). Преодоление препятствий	1	06.10	
Лыжные гонки(2ч)				
7	.Передвижение на лыжах(теоретический урок)	1	13.10	
8	Торможение и повороты, спуски и подъёмы на лыжах(теоретический урок)	1	20.10	
Футбол(1ч)				
9	ТБ. Игра по правилам	1	27.10	
.2 четверть(8ч) Гимнастика(4ч)				
10	ТБ. Акробатические упражнения и комбинации	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	ТБ. Техника передвижения в стойке баскетболиста	1	08.12	
15	ТБ. Техника передачи мяча одной рукой. Игра в баскетбол по правилам.	1	15.12	
16	ТБ. Техника штрафного броска. Игра в баскетбол.	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	1	12.01	
19	ТБ. Игра баскетбол по правилам.	1	19.01	
Волейбол(7ч)				
20	Инструкция по ТБ. Совершенствование техники приёма и передачи мяча	1	26.01	
21	ТБ. Техника приёма мяча сверху двумя руками. Игра	1	02.02	
22	ТБ. Техника прямого нападающего удара. Игра.	1	09.02	
23	ТБ. Техника верхней прямой подачи	1	16.02	
24	ТБ. 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 равномерного бега (13мин). Преодоление препятствий	1	30.03	
28	ТБ. Техника равномерного бега (14мин). Преодоление препятствий	1	06.04	
29	ТБ. Техника равномерного бега (15мин). Преодоление препятствий	1	13.04	
30	ТБ. Техника равномерного бега (16мин). Преодоление препятствий	1	20.04	
31	ТБ. Техника спринтерского бега. Челночный бег Беговые упражнения	1	27.04	
32	ТБ. Техника выполнения эстафетного бега.	1	04.05	

