

**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 25.08.22	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР МБОУ «Школа-гимназия №39 им. Крейзера Я.Г.» г. Симферополя _____ А.А.Крутских 30.08.22	УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ «Школа-гимназия №39» г. им. Крейзера Я.Г.» Симферополя _____ Н.В. Киричкова Приказ №479 30.08.22
--	---	---

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности «Физическая культура»
для __3__ «А» класса
на 2022/2023 учебный год**

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

Составитель: учитель физической культуры
Шалычев Дмитрий Витальевич

г. Симферополь,
2022 г.

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

№ п/п	Разделы программы	Модуль программы воспитания. Курсы внеурочной деятельности	Количество часов	Тесты
1	Знания о физической культуре Способы физкультурной деятельности	Всероссийский открытый урок «ОБЖ» (действия в условиях различного рода ЧС) Неделя безопасности дорожного движения	2	1
2	Гимнастика с основами акробатики	Международный день толерантности Всероссийский урок «История самбо»	5	1
3	Подвижные игры с элементами баскетбола	День героев Отечества День добровольца	3	1
4	Подвижные игры	День защитника Отечества Предметная неделя	9	1
5	Лёгкая атлетика	Всероссийский открытый урок «ОБЖ»(день пожарной охраны) Международный день защиты детей	15	1
ИТОГО:			34	

**Календарно-тематическое планирование
курса внеурочной деятельности «Физическая культура» 3-А класс.**

№ урока	Тема урока	Количес т во часов	Дата проведения	
			план	факт
1 четверть(9ч). Знания о физической культуре(1ч)				
1	Правила простейших соревнований	1	02.09	
Способы физкультурной деятельности(1ч)				
2	Режим дня.	1	09.09	
Физическое совершенствование.				
Лёгкая атлетика(6ч)				
3	ТБ. Высокий старт. Бег по дистанции. Игра.	1	16.09	
4	ТБ. Прыжки в длину с места. Прыжки с высоты 60см. Игра.	1	23.09	
5	ТБ. Прыжки в длину с места на результат. Многоскоки. Подвижная игра.	1	30.09	
6	ТБ. Метание малого мяча с места на заданное расстояние.	1	07.10	
7	ТБ. Бег по пересеченной местности(7мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы. Игра.	1	14.10	
8	ТБ. Подвижные игры и эстафеты	1	21.10	
9	ТБ. Подвижные игры и эстафеты		28.10	
2 четверть(8ч). Гимнастика с основами акробатики(5ч)				
10	ТБ. Техника ранее освоенных акробатических упражнений	1	11.11	
11	ТБ. Гимнастические упражнения. Висы	1	18.11	
12	ТБ. Гимнастические упражнения. Висы	1	25.11	
13	ТБ. Упражнения для освоения передвижений и поворотов на гимнастическом бревне.	1	02.12	
14	ТБ. Преодоление полосы препятствий. Игра.	1	09.12	
Подвижные игры с элементами баскетбола(3ч)				
15	ТБ. Броски мяча в корзину. Игра «Попади в кольцо»	1	16.12	
16	ТБ. Подвижные игры: «Гонка баскетбольных мячей»	1	23.12	
17	ТБ. Подвижные игры на материале баскетбола	1	30.12	
3 четверть(9ч). Подвижные игры(9ч)				
18	Инструкция по ТБ. Упражнения из национальных подвижных игр	1	13.01	
19	ТБ. Игры «Кто дальше бросит», «Кто обгонит».	1	20.01	
20	ТБ. Игры «Кто обгонит», «Через кочки и пенечки».	1	27.01	
21	ТБ. Игры «Наступление», «Метко в цель». Эстафеты с мячами.	1	03.02	
22	ТБ. Игры «Вызов номеров», «Защита укреплений».	1	10.02	
23	ТБ. Игра «Перестрелка»	1	17.02	
24	ТБ. Игры «Кто дальше бросит», «Волк во рву». Эстафеты.	1	03.03	
25	ТБ. Игры «Наступление», «Метко в цель». Эстафеты с мячами.	1	10.03	
26	ТБ. Игры на материале волейбола	1	17.03	
4 четверть(8ч). Лёгкая атлетика(8ч)				
27	Инструкция по ТБ. Высокий старт. Игра.	1	31.03	
28	ТБ. Бег по пересеченной местности(4мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы. Игра.	1	07.04	

29	ТБ. Бег по пересеченной местности(5мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы. Игра.	1	14.04	
30	ТБ. Бег по пересеченной местности(7мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы. Игра.	1	28.04	
31	ТБ. Высокий старт. Бег по дистанции. Игра.	1	05.05	
32	ТБ. Прыжки в длину с места. Прыжки с высоты 60см. Игра.	1	12.05	
33	ТБ. Метание малого мяча с места на заданное расстояние. Подвижная игра.	1	19.05	
34	ТБ. Подвижная игра.	1	26.05	