

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 20»

Принято:
Школьным методическим объединением
учителей физической культуры и ОБЖ
Руководитель ШМО _____ Кужлева И.В.
Протокол № 1 от 28.08.2020 г.

Утверждено:
Приказом директора МБОУ «Средняя
общеобразовательная школа №20»
г. Черногорска № 45 от 28.08.2020

Календарно-тематическое планирование

Физическая культура. 10 А класс

(название учебного предмета, обозначение класса)

2020-2021 учебный год

(срок действия рабочей программы)

Алексеева Кристина Александровна

(Ф.И.О. учителя)

Первая квалификационная категория, стаж педагогической работы 14 лет

(квалификационная категория, педагогический стаж)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Согласно учебному плану МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №20» на занятия физической культурой отводится 2 часа в неделю. С учетом совпадения уроков с праздничными днями и конкретным расписанием занятий в 10 классе содержание предмета распределено на 69 ч.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭТНОКУЛЬТУРНОГО ЭЛЕМЕНТА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

В данной области выделяется национальная составляющая и определяется такими приоритетными направлениями в работе общеобразовательных учреждений как: совершенствование процесса физического воспитания, создание условий, содействующих сохранению физического и психического здоровья. Реализация данных направлений предполагает не только наличие определенной материально-технической базы, но и разработку методического обеспечения социокультурных аспектов физического воспитания школьников.

Реализация национального, регионального и этнокультурного содержания образовательной области «Физическая культура» предполагает систему физического воспитания, объединяющую урочные, внеклассные и внешкольные формы занятий народными играми, а также активный отдых и формирование здорового образа жизни и осуществляется, в основном, через национальную составляющую на всех уровнях общего образования.

Использование народных игр на уроках физической культуры и в процессе проведения спортивно-массовой работы с обучающимися способствуют формированию гармонично развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство, одновременно содействуют расширению знаний учащихся по истории. Народные игры способствуют сохранению физического здоровья и физического развития школьников всех возрастных групп. Проводятся по принципу спортивной соревновательной деятельности. Игры проводятся вне помещений и в различные времена года.

Национальные виды спорта формируют представления о чести, мужестве, желание обладать ловкостью, волю, находчивость, стремление к победе.

То содержание, которое реализуется в рамках урока, возможно продолжить и во внеурочное время. Далее представляем примерные формы и виды внеурочной деятельности учащихся, рекомендуемые для реализации национального, регионального и этнокультурного содержания образования в образовательных организациях Республики Хакасия.

Особенности преподавания Характеристика класса

Данные промежуточной аттестации за 2019-2020 учебный год, показали, что учащиеся 10 а класса, справляются с нормативами по физической культуре. В будущем продолжить совершенствование физических показателей, прививать у учащихся стремление к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом.

Календарно-тематическое планирование

№	Дата		Тема урока	Ко л- во ча сов
	План	Факт		
1- 2	02.09.2020 03.09.2020		Спринтарский бег, Низкий старт. Бег 30 метров	2
3 4	09.09.2020 10.09.2020		Высокий старт. Бег с ускорением. Бег 60 метров	2

5	16.09.2020		Эстафетный бег. Учет бег 60 метров	2
6	17.09.2020			
7	23.09.2020		Метание гранаты на дальность. Челночный бег – на результат	2
8	24.09.2020			
9	30.09.2020		Учет метание гранаты на дальность	1
10	01.10.2020		Прыжок в длину с разбега.	2
11	07.10.2020			
12	08.10.2020		Учет прыжок в длину с разбега.	1
13	14.10.2020		Кроссовая подготовка. Бег по пересеченной местности.	3
14	15.10.2020			
15	21.10.2020			
16	22.10.2020		Игры народов мира.	1
17	05.11.2020		Инструктаж по баскетболу..Тактика игры. Ведения мяча. Стойки и передвижения, повороты,	1
18	11.11.2020		Тактика игры. Ведения мяча.	1
19	12.11.2020		Ведения мяча без сопротивления Бросок мяча ..	2
20	18.11.2020			
21	19.11.2020		Штрафной бросок.	3
23	25.11.2020			
	26.11.2020			
24	02.12.2020		Взаимодействие двух игроков.	2
25	03.12.2020			
29	09.12.2020		Тактика свободного нападения.	2
27	10.12.2020			
28	16.12.2020		Учебная игра.	1
29	17.12.2020		Бросок на точность	2
30	23.12.2020			
31	24.12.2020		Нападение быстрым прорывом.	1
32	30.12.2020		Русские народные игры	1
33	13.01.2021		Инструктаж по ТБ. Строевая подготовка	1
34	14.01.2021		Развитие гибкости	2
35	20.01.2021			
36	21.01.2021		Развитие координационных способностей	2
37	27.01.2021			
38	28.01.2021		Акробатические упражнения.	2
39	03.02.2021			
40	04.02.2021		Составление акробатической комбинации.	1
41	10.02.2021		Инструктаж Т/Б по волейболу.	1
42	11.02.2021		Стойки и передвижения, повороты, остановки.	1
43	17.02.2021		Прием и передача мяча в движении. Учебная игра	2
44	18.02.2021			
45	24.02.2021		Нападающий удар, блокирование. Учебная игра	2
46	25.02.2021			
47	03.03.2021		Подача мяча.Верхняя прямая и нижняя подача мяча.	2
48	04.03.2021			
49	10.03.2021		Прием мяча после подачи. подача по зонам.	2
50	11.03.2021			
51	17.03.2021		Индивидуальные действия при атаке и защите	1
52	18.03.2021		Национальные Хакасские игры.	1
53	01.04.2021		Кроссовая подготовка. Развитие выносливости.	3
54	07.04.2021			
55	08.04.2021			
56	14.04.2021		Низкий старт. Учет бега на короткие дистанции	2
57	15.04.2021			
58	21.04.2021		Учет бега на короткие дистанции	1

59	22.04.2021		Высокий старт. Эстафетный бег	2
60	28.04.2021			
61	29.04.2021		Метание мяча на дальность. Метание гранаты на дальность и в цель.	2
62	05.05.2021			
63	06.05.2021		Учет метание малого мяча	1
64	12.5.2021		Прыжок в длину с разбега.	2
65	13.05.2021			
66	19.05.2021		Учет прыжок в длину с места	1
67	20.05.2021		Игры народов мира	1
68	26.05.2021		Сдача норм ГТО	2
69	27.05.2021			