


Государственное казенное общеобразовательное учреждение «Серафимовичская ШИ»

Согласовано:


Заместитель директора по учебной работе

 В.А. Дунина
«28» АВГУСТА 2019 г.

Утверждено:



приказом от «28» АВГУСТА № 436

 Директор ГКОУ «Серафимовичская ШИ»
Р.В. Охрименко

Рабочая программа внеурочной деятельности
по спортивно-оздоровительному направлению
«Если хочешь быть здоров»

Разработчик: Лукьянов В.Н.

учитель физической культуры

высшей квалификационной категории

Программа рассмотрена на заседании школьного методического объединения учителей старших классов

Протокол от «27» АВГУСТА 2019 г. № 1

Руководитель МО старших классов  Н. А. Чеснокова

**Календарно-тематическое планирование программы
«Если хочешь быть здоров»**

Количество часов в неделю – 2 часа

Количество часов в год-68 часов

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		теория	практика	Всего	
1.	Вводное занятие.	1	1	2	опрос
2.	Общефизическая подготовка: знания по физической культуре - легкая атлетика; - гимнастика; - волейбол; - баскетбол	2 2	21 12 6 10 10	23 2 12 6 10 10	опрос тестирование тестирование учебные игры учебные игры
3.	Инструкторская практика		1	1	опрос
4.	Прием контрольных нормативов и тестов	-	2	2	тестирование
Итого		5	63	68	