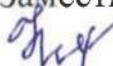


Согласовано:

Заместитель директора по учебной работе

 Н.И. Любимова

«27» АВГУСТА 2021 г.

Утверждено:

приказом от «27» АВГУСТА № 310

Директор ГКОУ «Серафимовичская ШИ»

 Р.В. Охрименко



Рабочая программа внеурочной деятельности  
по спортивно-оздоровительному направлению и ЗОЖ  
«Марафон здоровья»

Разработчик: Лукьянов В.Н.  
учитель физической культуры  
высшей квалификационной категории

Программа рассмотрена на заседании школьного методического объединения учителей старших классов

Протокол от «26» АВГУСТА 2021 г. № 1

Руководитель МО старших классов  Н.А. Шушпанова

**Календарно-тематическое планирование программы  
«Марафон здоровья»**

**Количество часов в неделю – 2 часа**

**Количество часов в год-68 часов**

Раздел и его содержание раздела	Количество часов	Время изучения
<b>Раздел 1.</b> <b>Тема 1.</b> Основы знаний по видам спорта: инвентарь, основные правила соревнований	4	В течение всех занятий
<b>Раздел 2.</b> Общая физическая подготовка <b>Тема 1.</b> Развитие силы, быстроты, гибкости, выносливости, координации движений .	15	На протяжении всего уч. года
<b>Раздел 3.</b> Техническая подготовка по видам спорта: -легкоатлетические виды	43	Сентябрь, октябрь, апрель, май
- футбол	5	
- футбол	10	Сентябрь апрель
- настольный теннис	5	Ноябрь
- пионербол, волейбол	5	декабрь
- баскетбол	5	март
- эстафеты и подвижные игры	5	В течение года
-дартс	4	декабрь
- лыжи	4	Январь -февраль
<b>Раздел 4.</b> Участие в соревнованиях <b>Тема 1.</b> Организация и, порядок проведения, судейство соревнований По различным видам спорта	6	По графику спортивных мероприятий
<b>Всего часов</b>	<b>68</b>	