

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Новоселовская школа Старобешевского муниципального округа»
Донецкой Народной Республики

РАСМОТРЕНО на заседании МО учителей начальных классов Протокол от 29.08.2024 г. №1 Руководитель МО  Шаповалова В.И.	СОГЛАСОВАНО зам. директора по УВР  Стовпяга Н.В. 30.08.2024 г.	УТВЕРЖДАЮ Директор ГБОУ «Новоселовская школа Старобешевского М.О.  Сушков С.И. Приказ от 30.08.2024 №163
---	--	--

**Календарно тематическое планирование
(ID 6240004)**

предмета «Физическая культура»
начального общего образования
для 3 класса

Разработано учителем
младших классов:
Кубаревой Еленой Анатольевной

2024-2025 учебный год

№ п/п	Дата урока		Тема раздела	Кол-во часов	Примечание
	По плану	По факту			
Знания о физической культуре 1 ч					
1			Инструктаж по Т/Б. Физическая культура у народов Древней Руси. Связь физических упражнений с трудовой деятельностью.	1	
Легкая атлетика 7ч					
2			Ходьба с изменением длины и частоты шага. Бег с высоким подниманием бедра.	1	
3			Бег на результат (30 м). Ходьба через несколько препятствий.	1	
4			Бег с максимальной скоростью 60м	1	
5			Бег 400м	1	
6			Бег на отрезки. Прыжок в длину с места.	1	
7			Прыжок в длину с места. Метание в цель с 4-5 м.	1	
8			Прыжок в длину с места учет .	1	
Игры на основе баскетбола -5 ч					
9			Инструктаж по Т.Б. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте в движении шагом. Броски в цель. Игра «Передал-садись».	1	
10			Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте и в движении шагом. Броски в цель. Игра «Мяч - среднему».	1	
11			Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте и в движении бегом. Броски в цель. Игра «Борьба за мяч».	1	
12			Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Ведение на месте, в движении бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу».	1	
13			Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками от груди. Игра в	1	

			мини – баскетбол.		
<i>Подвижные игры 3 ч.</i>					
14			Многоскоки. Игра «Прыгающие воробушки. Правила соревнований в беге прыжках.	1	
15			Метание набивного мяча. Игра «Кто дальше бросит». Развитие скоростно-силовых качеств. Современное Олимпийское движение.	1	
16			Броски в кольцо двумя руками снизу. Мини баскетбол.	1	
<i>Гимнастика с основами акробатики -12ч</i>					
17			Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперед .ОРУ	1	
18			Контрольная работа. Тема: Возникновение и сущность физических упражнений.	1	
19			Бег (2 мин.) Преодоление препятствий.	1	
20			Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперед .ОРУ	1	
21			Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперед .ОРУ	1	
22			Перекаты и группировка, кувырок вперед, стойка на лопатках, мост из положения лежа	1	
23			Перекаты и группировка, кувырок вперед, стойка на лопатках, мост из положения лежа	1	
24			Перекаты и группировка, кувырок вперед, стойка на лопатках, мост из положения лежа	1	
25			Перекаты и группировка, кувырок вперед, стойка на лопатках, мост из положения лежа. Учет.	1	
26			Строевые упражнения, вис стоя и лежа	1	
27			Строевые упражнения, вис стоя и лежа. Упражнения на гимнастической скамейке	1	

28			Строевые упражнения, вис на согнутых руках. Подтягивание в висячем положении. Учет.	1	
Знания о физической культуре 1 ч					
29			Физическая нагрузка и ее влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Закаливание организма (обливание, душ).	1	
Подвижные игры 3 ч.					
30			Строевые упражнения, вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Игра «Слушай сигнал»	1	
31			Лазание по скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях лёжа на животе. Игра «Иголочка и ниточка»	1	
32			Строевые упражнения, вис стоя и лежа. Подтягивание в висячем положении. <i>Игры со скакалкой и обручем</i>	1	
Способы физкультурной деятельности -1ч.					
33			Инструктаж по Т/Б. Освоение комплексов общеразвивающих физических упражнений для развития основных физических качеств	1	
34			Игра «Прыжки по полоскам», «Попади в мяч». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	
35			Игра «Верёвочка под ногами», «Вызов номеров». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1	
36			Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	
37			Челночный бег 4х9. Развитие скоростно-силовых качеств	1	
Способы физкультурной деятельности -1ч					
38			Контрольная работа на тему: Тело человека. Положение тела и его частей. Строение тела	1	
Игры на основе баскетбола -5 ч					
39			Техника ведения баскетбольного мяча. Бросок двумя руками от груди	1	
40			Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди .	1	

41			Ловля и передача мяча в движении в квадратах .Мини-баскетбол	1	
42			Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками от груди	1	
43			Эстафета с мячами	1	
Игры на основе футбола -2ч					
44			ведение мяча между предметами и с обводкой предметов; подвижные игры: «Передал — садись»,	1	
45			удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу и вертикальную мишень; игры: «Передай мяч головой».	1	
Лыжная подготовка 16 ч.					
46			Т.Б. на уроках лыжной подготовки, о тепловом режиме, о дыхании. Учить поворотам на месте вокруг носков лыж. Пройти дистанцию 1000м	1	
47			Совершенствовать скользящий шаг без палок. Техника ступающего шага. .	1	
48			Разучить технику попеременно двухшажного хода без палок. Совершенствовать технику спуска в низкой стойке.	1	
49			Техника скользящего шага и совершенствовать технику попеременно двухшажного хода без палок. Разучить технику спуска в высокой стойке.	1	
50			Техника попеременно двухшажного хода без палок. Закрепить технику спуска в высокой стойке. игры «Пройди в ворота».	1	
51			Закрепить технику попеременно двухшажного хода с палками. Пройти дистанцию 1,5 км в медленном темпе	1	
52			Совершенствовать технику попеременно двухшажного хода с	1	

			палками. Пройти дистанцию 1,5 км		
53			Оценить технику попеременно двухшажного хода с палками. Пройти дистанцию 1,5 км	1	
54			Совершенствовать технику спуска в высокой стойке и подъем «лесенкой». игры «Пройди в ворота».	1	
55			Совершенствовать технику спуска в высокой стойке и подъем «лесенкой». игры «Пройди в ворота».	1	
56			Попеременно двухшажный ход. Провести игру «Вызов номеров» с пробеганием дистанции до 50м	1	
57			Повторение попеременно двухшажный ход. Провести игру «Вызов номеров» с пробеганием дистанции до 50м	1	
58			Круговая эстафета с этапом не менее 100м. Развитие скоростной выносливости – дистанция 2км	1	
59			Круговая эстафета с этапом не менее 100м. Развитие скоростной выносливости – дистанция 2км	1	
60			Круговая эстафета с этапом не менее 100м. Развитие скоростной выносливости – дистанция 2км	1	
61			Разминка с палками. Контрольный забег на дистанцию 1000м.	1	
Легкая атлетика- 7ч					
62			Ходьба через несколько препятствий. Бег с максимальной скоростью(30м).	1	
63			Подтягивание в висе. Мебтание малого мяча	1	
64			Прыжок в длину с места. Учет.	1	
65			Прием контрольных норм на пресс	1	
66			Бег на результат(30м).	1	
67			Прием контрольных норм на гибкость	1	
68			Бег на результат(400м).	1	

	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68	
--	-------------------------------------	----	--

Прошито, пронумеровано и скреплено
печатью 7 (семи) листов

Должность: директор

Подпись С.И. Сушков

