

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА СЕЛА РОЗОВКА ШАХТЕРСКОГО  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА» ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

**РАССМОТРЕНО**

на заседании ШМО

Протокол от «22» 08. 2024 г.

№ 1

Руководитель ШМО  
учителей естественно-  
научного цикла

 Ю.М. Коломиец

**СОГЛАСОВАНО**

зам. директора по УВР

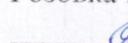
 Е. С. Кривчикова

«23» 08. 2024 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор ГБОУ «СШ с.

Розовка Шахтерского М. О.»

 Н. С. Пацевич

Приказ № от «23» 08. 2024 г.

М.П.



**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ  
ПЛАНИРОВАНИЕ**

**предмета**

**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**для 3 класса**

**на 2024-2025 учебный год**

Разработано учителем:

Дикун В.В.,

2024-2025 учебный год

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Программа по физической культуре разработана с учётом потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

Целью образования по физической культуре на уровне начального общего образования является формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями.

Согласно рабочему учебному плану ГБОУ «СШ села Розовка Шахтерского М.О.» 2024-2025 уч.год состоит из 34 недель. На изучение учебного предмета «Физическая культура» отводится в 3 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

«Знания о физической культуре»,  
«Способы самостоятельной деятельности»  
«Физическое совершенствование».

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

В результате изучения учебного предмета «Физическая культура» на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы личностные, метапредметные и предметные результаты, обеспечивающие выполнение ФГОС НОО.

Результативность освоения учебного предмета обучающимися достигается посредством современных научно обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

## КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Дата		Тема урока	Кол-во часов
	п/п	план		
1			Возрождение Олимпийских игр. Символика и ритуалы первых Олимпийских игр. История первых Олимпийских игр современности	1
2			Составление дневника физической культуры. Физическая подготовка человека. Правила развития физических качеств.	1
3			Определение индивидуальной физической нагрузки для самостоятельных занятий физической подготовкой. Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах	1
4			Модуль «Лёгкая атлетика». Техника безопасности на уроках. Беговые упражнения. Старт с опорой на одну руку и последующим ускорением.	1
5			Модуль «Лёгкая атлетика». Спринтерский и гладкий равномерный бег по учебной дистанции; ранее разученные беговые упражнения.	1
6			Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Правила развития физических качеств. Зачет. Бег 30 м.	1
7			Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места. Определение индивидуальной физической нагрузки для самостоятельных занятий физической подготовкой.	1
8			Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Зачет. Прыжок в длину с места. Правила измерения показателей физической подготовленности. Составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой.	1
9			Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках физической культуры Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе.	1
10			Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры.	1
11			Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте; повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному, по два и в колонну по три с равномерной скоростью.	1
12			Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие команды на уроках	1

		физической культуры Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте; повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному, по два и в колонну по три с равномерной скоростью.	
13		Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Исходные положения в физических упражнениях Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа.	1
14		Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастические упражнения Гимнастические упражнения: способы передвижения ходьбой и бегом; упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой.	1
15		Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе; подъём ног из положения лёжа на животе; сгибание рук в положении упор лёжа; прыжки в группировке, толчком двумя ногами; прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.	1
16		Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры.	1
17		Модуль "Подвижные и спортивные игры". Игры и эстафеты с передачей, броском и ловлей мяча	1
18		Модуль "Подвижные и спортивные игры". Ведение мяча.	1
19		Модуль "Подвижные и спортивные игры". Игры для развития быстроты.	1
20		Модуль "Подвижные и спортивные игры". Игры для развития внимания и ловкости.	1
21		Модуль "Подвижные и спортивные игры". Техника безопасности на уроках. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.	1
22		Модуль "Подвижные и спортивные игры". Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1
23		Модуль "Подвижные и спортивные игры". Передачи, ловля и бросок малого мяча. Подвижные игры.	1
24		Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1
25		Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1
26		Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1
27		Физическая подготовка: освоение содержания	1

			программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	
28			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1
29			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1
30			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1
31			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1
32			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1
33			Модуль «Зимние виды спорта». Правила техники безопасности на уроках. Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом.	1
34			Модуль «Зимние виды спорта». Повороты на лыжах. Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона в низкой стойке.	1
35			Модуль «Зимние виды спорта». Передвижения на лыжах по учебной дистанции.	1
36			Модуль «Зимние виды спорта». Передвижения на лыжах по учебной дистанции.	1
37			Модуль «Зимние виды спорта». Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона в низкой стойке.	1
38			Модуль «Зимние виды спорта». Зачет. Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона в низкой стойке.	1
39			Модуль «Зимние виды спорта». Спуски на лыжах.	1
40			Модуль «Зимние виды спорта». Торможение и поворот упором; подъём «ёлочкой»; прохождение дистанции 3 км.	1
41			Модуль «Зимние виды спорта». Игры на лыжах: «С горки на горку», Эстафета с передачей палок»	1
42			Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение по лыжной трассе ранее изученными способами лыжных ходов.	1
43			Модуль «Зимние виды спорта».	1

		Передвижение на лыжах для развития выносливости.	
44		Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах для развития выносливости.	1
45		Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение по учебной лыжне одновременным одношажным ходом.	1
46		Модуль «Зимние виды спорта». Зачет. Передвижение по учебной лыжне одновременным одношажным ходом.	1
47		Модуль «Зимние виды спорта». Игры и эстафеты с подъёмами и спусками с гор, преодоление подъёмов и препятствий.	1
48		Модуль «Зимние виды спорта». Игры и эстафеты с подъёмами и спусками с гор, преодоление подъёмов и препятствий.	1
49		Модуль «Зимние виды спорта». Прохождение дистанции до 3 км. попеременный двухшажный ход, скользящий шаг.	1
50		Модуль «Зимние виды спорта». Прохождение дистанции до 2,5 км, игры, эстафеты.	1
51		Модуль "Подвижные и спортивные игры". Техника безопасности на уроках. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.	1
52		Модуль "Подвижные и спортивные игры". Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1
53		Модуль "Подвижные и спортивные игры". Передачи, ловля и бросок малого мяча. Подвижные игры.	1
54		Модуль "Подвижные и спортивные игры". Передачи, ловля и бросок малого мяча. Подвижные игры.	1
55		Модуль "Подвижные и спортивные игры". Бросок мяча через сетку. Упражнения на внимание по сигналу.	1
56		Модуль "Подвижные и спортивные игры". Бросок мяча через сетку. Упражнения на внимание по сигналу.	1
57		Модуль "Подвижные и спортивные игры". Передачи волейбольного мяча в парах. Броски и ловля.	1
58		Модуль "Подвижные и спортивные игры". Передачи волейбольного мяча в парах. Броски и ловля.	1
59		Модуль "Подвижные и спортивные игры". Футбол. Удары по воротам. Передачи в парах, тройках.	1
60		Модуль "Подвижные и спортивные игры". Ведение футбольного мяча по заданной траектории. Удары по мячу с места	1
61		Модуль «Лёгкая атлетика». Правила техники безопасности на уроках. Прыжковые упражнения: прыжки и многоскоки. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места.	1
62		Модуль «Лёгкая атлетика». Правила техники безопасности на уроках. Прыжковые упражнения: прыжки и многоскоки. Прыжковые	1

			упражнения: прыжок в длину с места.	
63			Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжковые упражнения: прыжки и много скоки. Прыжок в длину с места.	1
64			Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжковые упражнения: прыжки и много скоки Зачет. Прыжок в длину с места.	
65			Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность.	
66			Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность. Зачет. Метание малого (теннисного) мяча на дальность.	
67			Модуль «Лёгкая атлетика». Броски набивного мяча двумя руками из-за головы, мяча двумя руками от груди.	
68			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	
Итого				68 ч.

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

### **ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

- Окружающий мир (в 2 частях), 3 класс/ Плешаков А.А., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

Плешаков А. А. Окружающий мир. Рабочие программы. Предметная линия учебников системы "Школа России". 1-4 классы: пособие для учителей общеобразовательных организаций. Плешаков А. А. - М.: Просвещение, 2022

### **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

1. РЭШ <https://resh.edu.ru/subject/43/2/>
2. ЯКЛАСС <https://www.yaclass.ru/>
3. ИНТЕРНЕТУРОК <https://interneturok.ru/>
4. Образовательная социальная сеть <https://nsportal.ru/>

В документе прошнуровано,  
пронумеровано и скреплено печатью  
*6 (шесть)* лист

Директор ГБОУ «СШ села Розовка  
Шахтёрского М. О.»

  
Н.С.Павлович

