

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Ставропольского края


Администрация Благодарненского городского округа

Ставропольского края

МОУ "СОШ № 9"


РАССМОТРЕНО

школьное МО учителей
начальных классов


Хрисанфова Н. А.
Протокол № 1
от «29» августа 2024 г.


СОГЛАСОВАНО

заместитель директора
по УВР


Хрисанфова Н. А.
Протокол № 1
от «30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор


Василенко И. Н.
Приказ № 169
от «30» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 5449209)

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 1 – 4 классов

Составители учителя начальных классов:

Квасникова Е.И.
Клочкова В.В.
Галенина Е. А.
Гусарова С. А.

город Благодарный 2024 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.

В программе по физической культуре отражены объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей обучающихся, педагогических работников на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе обучающихся. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

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. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья обучающихся, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у обучающихся необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное

вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки обучающихся к выполнению комплекса ГТО в структуру программы по физической культуре в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы обучающихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» обеспечивается программами по видам спорта, которые могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава.

Образовательные организации могут разрабатывать своё содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

Содержание программы по физической культуре изложено по годам обучения и раскрывает основные её содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Знания о физической культуре», «Способы самостоятельной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

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

Общее число часов для изучения физической культуры на уровне начального общего образования составляет – 270 часов: в 1 классе – 66 часов (2 часа в неделю), во 2 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 3 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 4 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

3 КЛАСС

Знания о физической культуре

Из истории развития физической культуры у древних народов, населявших территорию России. История появления современного спорта.

Способы самостоятельной деятельности

Виды физических упражнений, используемых на уроках физической культуры: общеразвивающие, подготовительные, соревновательные, их отличительные признаки и предназначение. Способы измерения пульса на занятиях физической культурой (наложение руки под грудь). Дозировка нагрузки при развитии физических качеств на уроках физической культуры. Дозирование физических упражнений для комплексов физкультминутки и утренней зарядки. Составление графика занятий по развитию физических качеств на учебный год.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Закаливание организма при помощи обливания под душем. Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, их влияние на восстановление организма после умственной и физической нагрузки.

Спортивно-оздоровительная физическая культура.

Гимнастика с основами акробатики

Строевые упражнения в движении противоходом, перестроении из колонны по одному в колонну по три, стоя на месте и в движении. Упражнения в лазании по канату в три приёма. Упражнения на гимнастической скамейке в передвижении стилизованными способами ходьбы: вперёд, назад, с высоким подниманием колен и изменением положения рук, приставным шагом правым и левым боком. Передвижения по наклонной гимнастической скамейке: равномерной ходьбой с поворотом в разные стороны и движением руками, приставным шагом правым и левым боком.

Упражнения в передвижении по гимнастической стенке: ходьба приставным шагом правым и левым боком по нижней жерди, лазанье разноимённым способом. Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге, прыжки через скакалку назад с равномерной скоростью.

Ритмическая гимнастика: стилизованные наклоны и повороты туловища с изменением положения рук, стилизованные шаги на месте в сочетании с движением рук, ног и туловища. Упражнения в танцах галоп и полька.

Лёгкая атлетика

Прыжок в длину с разбега, способом согнув ноги. Броски набивного мяча из-за головы в положении сидя и стоя на месте. Беговые упражнения скоростной и координационной направленности: челночный бег, бег с преодолением препятствий, с ускорением и торможением, максимальной скоростью на дистанции 30 м.

Общеразвивающие упражнения (далее—ОРУ)—движения отдельными частями тела или их сочетания, выполняемые с разной скоростью и амплитудой, с максимальными умеренным мышечным напряжением. В зависимости от цели и задач урока ОРУ могут быть направлены преимущественно на подготовку организма учащихся к предстоящей работе(разминка), овладение школой движений, воспитание физических качеств, оздоровление различных органов и систем организма, формирование правильной осанки.

ОРУ являются универсальным средством физического воспитания, так как используются при проведении учебных и самостоятельных занятий по физической культуре.

Подвижные и спортивные игры

Подвижные игры на точность движений с приёмами спортивных игр и лыжной подготовки. Баскетбол: ведение баскетбольного мяча, ловля и передача баскетбольного мяча. Волейбол: прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении. Футбол: ведение футбольного мяча, удар по неподвижному футбольному мячу.

Прикладно-ориентированная физическая культура.

Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения в **3 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры упражнений древних людей в современных спортивных соревнованиях;
- объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы её регулирования на занятиях физической культурой;
- понимать влияние дыхательной и зрительной гимнастики на предупреждение развития утомления при выполнении физических и умственных нагрузок;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, выполнять правила поведения на уроках физической культуры, проводить закаливающие процедуры, занятия по предупреждению нарушения осанки;
- вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным четвертям (триместрам).

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- организовывать совместные подвижные игры, принимать в них активное участие с соблюдением правил и норм этического поведения;
- правильно использовать строевые команды, названия упражнений и способов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий;
- активно участвовать в обсуждении учебных заданий, анализе выполнения физических упражнений и технических действий из осваиваемых видов спорта;
- делать небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- контролировать выполнение физических упражнений, корректировать их на основе сравнения с заданными образцами;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе учебной и игровой деятельности, контролировать соответствие выполнения игровых действий правилам подвижных игр;
- оценивать сложность возникающих игровых задач, предлагать их совместное коллективное решение.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

3 КЛАСС

К концу обучения в **3 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений, легкоатлетической, лыжной, игровой и плавательной подготовки;
- демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;
- измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по её значениям с помощью таблицы стандартных нагрузок;
- выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;
- выполнять движение противходом в колонне по одному, перестраиваться из колонны по одному в колонну по три на месте и в движении;
- выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен и изменением положения рук, поворотами в правую и левую сторону, двигаться приставным шагом левым и правым боком, спиной вперёд;
- передвигаться по нижней жерди гимнастической стенки приставным шагом в правую и левую сторону, лазать разноимённым способом;
- демонстрировать прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге;
- демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;

- выполнять бег с преодолением небольших препятствий с разной скоростью, прыжки в длину с разбега способом согнув ноги, броски набивного мяча из положения сидя и стоя;
- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и движении), волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах), футбол (ведение футбольного мяча змейкой);
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1.Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2			Библиотека ЦОК
Итого по разделу		2			
Раздел 2.Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Виды физических упражнений, используемых на уроках	1			Библиотека ЦОК
2.2	Измерение пульса на уроках физической культуры	1			Библиотека ЦОК
2.3	Физическая нагрузка	2			Библиотека ЦОК
Итого по разделу		4			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1.Оздоровительная физическая культура					

1.1	Закаливание организма	1			Библиотека ЦОК
1.2	Дыхательная и зрительная гимнастика	1			Библиотека ЦОК
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	12			Библиотека ЦОК
2.2	Легкая атлетика	10			Библиотека ЦОК
2.3	Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	12			Библиотека ЦОК
2.4	Общеразвивающие упражнения (ОРУ) в движении.	12			Библиотека ЦОК
2.5	Подвижные и спортивные игры	12			Библиотека ЦОК
Итого по разделу		58			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	2	1		Библиотека ЦОК
Итого по разделу		2			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	1	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

3 КЛАСС

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Дата изучен ия	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всег о	Контрольн ые работы	Практичес кие работы		
1	Физическая культура у древних народов	1			04.09	https://урок.рф/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
2	История появления современного спорта	1			05.09	https://урок.рф/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
3	Виды физических упражнений	1			11.09	https://урок.рф/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
4	Измерение пульса на занятиях физической культурой	1			12.09	https://урок.рф/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
5	Дозировка	1			18.09	https://урок.рф/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html

	физических нагрузок					91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
6	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств	1			19.09	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
7	Закаливание организма под душем	1			25.09	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
8	Дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз	1			26.09	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
9	Строевые команды и упражнения	1			02.10	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
10	Лазанье по канату	1			03.10	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html

						https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
11	Передвижения по гимнастической скамейке	1			09.10	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
12	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см - девочки	1			10.10	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
13	Передвижения по гимнастической стенке	1			16.10	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
14	Освоение правил	1			17.10	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html

	и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине					91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
15	Прыжки через скакалку	1			23.10	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
16	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1			24.10	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
17	Ритмическая гимнастика	1			06.11	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html

18	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1			07.11	https://урок.рф/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
19	Танцевальные упражнения из танца галоп	1			13.11	https://урок.рф/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
20	Танцевальные упражнения из танца полька	1			14.11	https://урок.рф/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
21	Прыжок в длину с разбега	1			20.11	https://урок.рф/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
22	Освоение правил и техники выполнения норматива	1			21.11	https://урок.рф/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html

	комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами					
23	Броски набивного мяча	1			27.11	https://урок.рф/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
24	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель	1			28.11	https://урок.рф/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
25	Челночный бег	1			04.12	https://урок.рф/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
26	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег	1			05.12	https://урок.рф/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html

	3x10 м					
27	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1			11.12	https://урок.рф/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
28	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30 м	1			12.12	https://урок.рф/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
29	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км	1			18.12	https://урок.рф/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
30	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000 м	1			19.12	https://урок.рф/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
31	Общеразвивающие упражнения без предметов.	1			25.12	https://урок.рф/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html

32	Общеразвивающие упражнения без предметов.	1			26.12	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
33	Общеразвивающие упражнения без предметов.	1			09.01	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
34	Общеразвивающие упражнения без предметов.	1			15.01	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
35	Общеразвивающие упражнения с мячом.	1			16.01	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
36	Общеразвивающие упражнения с	1			22.01	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html

	мячом.					https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
37	Общеразвивающие упражнения с мячом.	1			23.01	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
38	Общеразвивающие упражнения с мячом.	1			29.01	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
39	Общеразвивающие упражнения в движении.	1			30.01	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
40	Общеразвивающие упражнения в движении.	1			05.02	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
41	Общеразвивающие упражнения в движении.	1			06.02	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html

42	Общеразвивающие упражнения в движении.	1			12.02	
43	Общеразвивающие упражнения с мячом в парах.	1			13.02	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
44	Общеразвивающие упражнения с мячом в парах.	1			19.02	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
45	Общеразвивающие упражнения со скакалками.	1			20.02	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
46	Общеразвивающие упражнения со скакалками.	1			26.02	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
47	Общеразвивающие упражнения со скакалками.	1			27.02	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html

48	Общеразвивающие упражнения со скакалками.	1			05.03	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
49	Общеразвивающие упражнения, направленные на развитие координации движений	1			06.03	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
50	Общеразвивающие упражнения, направленные на развитие координации движений	1			12.03	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
51	Общеразвивающие упражнения, направленные на развитие координации движений	1			13.03	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
52	Общеразвивающие упражнения, направленные на подготовку к	1			19.03	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html

	прыжкам в длину.					
53	Общеразвивающ ием упражнения, направленные на подготовку к прыжкам в длину.	1			20.03	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
54	Общеразвивающ ием упражнения, направленные на подготовку к прыжкам в длину.	1			02.04	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
55	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1			03.04	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
56	Спортивная игра баскетбол	1			09.04	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
57	Спортивная игра баскетбол	1			10.04	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html

58	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1			16.04	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
59	Подвижные игры с приемами баскетбола	1			17.04	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
60	Промежуточная итоговая аттестация	1	1		23.04	
61	Спортивная игра волейбол	1			24.04	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
62	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1			30.04	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
63	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча	1			07.05	https://urok.pf/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html

	снизу двумя руками на месте и в движении					https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
64	Спортивная игра футбол	1			14.05	https://урок.рф/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
65	Спортивная игра футбол	1			14.05	https://урок.рф/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
66	Подвижные игры с приемами футбола	1			15.05	https://урок.рф/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html
67	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1			21.05	https://урок.рф/library/pourochnoe_planirovanie_3_klass_1_91525.html https://infourok.ru/pourochnie-plani-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-2620516.html

68	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 степени	1			22.05	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	1	0		

