

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ТВЕРСКОЙ ОБЛАСТИ
ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«БОЛОГОВСКИЙ РАЙОН»
МБОУ СОШ №1

РАССМОТРЕНО

На заседании кафедры
начальной школы

Иванова Т.В.
Протокол №1 от «__»
августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по УВР

Котатова М.А.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ
«СОШ № 1»

Воронкова Н.В.
Приказ № от «__» августа
2024 г.

ПРИЛОЖЕНИЕ
(календарно-тематическое планирование)
к программе учебного предмета
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
1-4 класс
(ID 4867885)
3 «А» класс
на 2024– 2025 годы

Составитель: учитель физической культуры
Михайлова Анастасия Михайловна

Бологое 2024 год

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
3 «А» КЛАСС

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Дата изучен ия	Электронные цифровые образователь ные ресурсы
		Все го	Контрольн ые работы	Практичес кие работы		
1	Физическая культура у древних народов	1				Библиотека ЦОК
2	История появления современного спорта	1				Библиотека ЦОК
3	Виды физических упражнений	1				Библиотека ЦОК
4	Измерение пульса на занятиях физической культурой	1				Библиотека ЦОК
5	Дозировка физических нагрузок	1				Библиотека ЦОК
6	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств	1				Библиотека ЦОК
7	Закаливание организма под душем	1				Библиотека ЦОК
8	Дыхательная и зрительная гимнастика	1				Библиотека ЦОК
9	Строевые команды и упражнения	1				Библиотека ЦОК

10	Строевые команды и упражнения	1				Библиотека ЦОК
11	Лазанье по канату	1				Библиотека ЦОК
12	Лазанье по канату	1				Библиотека ЦОК
13	Передвижения по гимнастической скамейке	1				Библиотека ЦОК
14	Передвижения по гимнастической скамейке	1				Библиотека ЦОК
15	Передвижения по гимнастической стенке	1				Библиотека ЦОК
16	Передвижения по гимнастической стенке	1				Библиотека ЦОК
17	Прыжки через скакалку	1				Библиотека ЦОК
18	Прыжки через скакалку	1				Библиотека ЦОК
19	Ритмическая гимнастика	1				Библиотека ЦОК
20	Ритмическая гимнастика	1				Библиотека ЦОК
21	Танцевальные упражнения из танца галоп	1				Библиотека ЦОК
22	Танцевальные упражнения из танца галоп	1				Библиотека ЦОК
23	Танцевальные упражнения из танца полька	1				Библиотека ЦОК
24	Танцевальные упражнения из	1				Библиотека ЦОК

	танца полька					
25	Прыжок в длину с разбега	1				Библиотека ЦОК
26	Прыжок в длину с разбега	1				Библиотека ЦОК
27	Броски набивного мяча	1				Библиотека ЦОК
28	Броски набивного мяча	1				Библиотека ЦОК
29	Челночный бег	1				Библиотека ЦОК
30	Челночный бег	1				Библиотека ЦОК
31	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1				Библиотека ЦОК
32	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1				Библиотека ЦОК
33	Беговые упражнения с координационной сложностью	1				Библиотека ЦОК
34	Беговые упражнения с координационной сложностью	1				Библиотека ЦОК
35	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1				Библиотека ЦОК
36	Передвижение	1				Библиотека

	на лыжах одновременны м двухшажным ходом					ЦОК
37	Повороты на лыжах способом переступания на месте	1				Библиотека ЦОК
38	Повороты на лыжах способом переступания на месте	1				Библиотека ЦОК
39	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1				Библиотека ЦОК
40	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1				Библиотека ЦОК
41	Повороты на лыжах способом переступания	1				Библиотека ЦОК
42	Повороты на лыжах способом переступания	1				Библиотека ЦОК
43	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1				Библиотека ЦОК
44	Торможение на лыжах способом	1				Библиотека ЦОК

	«плуг» при спуске с пологого склона					
45	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1				Библиотека ЦОК
46	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1				Библиотека ЦОК
47	Правила поведения в бассейне	1				Библиотека ЦОК
48	Разучивание специальных плавательных упражнений	1				Библиотека ЦОК
49	Упражнения ознакомительного плавания: передвижение по дну ходьбой и прыжками	1				Библиотека ЦОК
50	Упражнения ознакомительного плавания: передвижение по дну ходьбой и прыжками	1				Библиотека ЦОК
51	Упражнения ознакомительного плавания: погружение в воду и всплытие	1				Библиотека ЦОК
52	Упражнения ознакомительного	1				Библиотека ЦОК

	ого плавания: погружение в воду и всплывание					
53	Упражнения в плавании кролем на груди	1				Библиотека ЦОК
54	Упражнения в плавании кролем на груди	1				Библиотека ЦОК
55	Упражнения в плавании брассом	1				Библиотека ЦОК
56	Упражнения в плавании брассом	1				Библиотека ЦОК
57	Упражнения в плавании дельфином	1				Библиотека ЦОК
58	Упражнения в плавании дельфином	1				Библиотека ЦОК
59	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1				Библиотека ЦОК
60	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1				Библиотека ЦОК
61	Спортивная игра баскетбол	1				Библиотека ЦОК
62	Спортивная игра баскетбол	1				Библиотека ЦОК

63	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1				Библиотека ЦОК
64	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1				Библиотека ЦОК
65	Подвижные игры с приемами баскетбола	1				Библиотека ЦОК
66	Подвижные игры с приемами баскетбола	1				Библиотека ЦОК
67	Спортивная игра волейбол	1				Библиотека ЦОК
68	Спортивная игра волейбол	1				Библиотека ЦОК
69	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1				Библиотека ЦОК
70	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1				Библиотека ЦОК
71	Спортивная игра футбол	1				Библиотека ЦОК

72	Спортивная игра футбол	1				Библиотека ЦОК
73	Подвижные игры с приемами футбола	1				Библиотека ЦОК
74	Подвижные игры с приемами футбола	1				Библиотека ЦОК
75	Правила выполнения спортивных нормативов 2-3 степени	1				Библиотека ЦОК
76	Правила ТБ на уроках. Сохранение и укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1				Библиотека ЦОК
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				Библиотека ЦОК
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				Библиотека ЦОК
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса	1				Библиотека ЦОК

	ГТО. Бег на 1000м					
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1				Библиотека ЦОК
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1				Библиотека ЦОК
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1				Библиотека ЦОК
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1				Библиотека ЦОК
84	Освоение правил и техники выполнения	1				Библиотека ЦОК

	норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты					
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				Библиотека ЦОК
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				Библиотека ЦОК
87	Освоение правил и техники выполнения	1				Библиотека ЦОК

	<p>норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты</p>					
88	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты</p>	1				Библиотека ЦОК
89	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры</p>	1				Библиотека ЦОК
90	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон</p>	1				Библиотека ЦОК

	вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры					
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				Библиотека ЦОК
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				Библиотека ЦОК
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				Библиотека ЦОК
94	Освоение	1				Библиотека

	правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры					ЦОК
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				Библиотека ЦОК
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				Библиотека ЦОК
97	Освоение правил и техники выполнения норматива	1				Библиотека ЦОК

	комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты					
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				Библиотека ЦОК
99	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1				Библиотека ЦОК
100	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1				Библиотека ЦОК
101	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения	1				Библиотека ЦОК

	испытаний (тестов) 2-3 ступени					
102	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1				Библиотека ЦОК
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	0		

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
ПРОЦЕССА
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ