PACCMOTPEHO

на заседании методического объединения учителей естественно-научного цикла МКОУ СОШ №1с.п.Кахун Протокол №1 от 26.08.2023г

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР МКОУ СОШ №1с.п.Кахун

Мокова З.А.

«28» августа 2023г

УТВЕРЖДЕНО

Директор

МКОУ СОШ №1 с.п.Кахун

/Понежева Ф.М./

Приказ №76-ОД от 29.08.2023г

Календарно-тематическое планирование по предмету «Физическая культура » для 3 класса

Составитель: Учитель физической культуры Унакафов М.М.

Календарно-тематическое планирование по предмету «Физическая культура» 3A класс

| № п/п | Тема урока | Кол-во часов | Дата проведения | |
|-----------------|--|-----------------|-----------------|----------|
| | | | по плану | по факту |
| 1. | История появления современного спорта | 1 | 01.09 | |
| 2. | Виды физических упражнений | 1 | 07.09 | |
| 3. | Измерение пульса на занятиях физической культурой | 1 | 08.09 | |
| 4. | Дозировка физических нагрузок | 1 | 14.09 | |
| 5. | Дыхательная и зрительная гимнастика | 1 | 15.09 | |
| 6. | Строевые команды и упражнения | 1 | 21.09 | |
| 7. | Строевые команды и упражнения | 1 | 22.09 | |
| 8. | Лазанье по канату | 1 | 28.09 | |
| 9. | Лазанье по канату | 1 | 29.09 | |
| 10. | Передвижения по гимнастической скамейке | 1 | 05.10 | |
| 11. | Передвижения по гимнастической стенке | 1 | 06.10 | |
| 12. | Передвижения по гимнастической стенке | 1 | 12.10 | |
| 13. | Прыжки через скакалку | 1 | 13.10 | |
| 14. | Прыжки через скакалку | 1 | 19.10 | |
| 15. | Ритмическая гимнастика | 1 | 20.10 | |
| 16. | Прыжок в длину с разбега | 1 | 26.10 | |
| 17. | Прыжок в длину с разбега | 1 | 27.10 | |
| 18. | Прыжок в длину с разбега | 1 | 09.11 | |
| 19. | Броски набивного мяча | 1 | 10.11 | |
| 20. | Броски набивного мяча | 1 | 16.11 | |
| 21. | Броски набивного мяча | 1 | 17.11 | |
| 22. | Челночный бег | 1 | 23.11 | |
| 23. | Челночный бег | 1 | 24.11 | |
| 24. | Бег с ускорением на короткую дистанцию | 1 | 30.11 | |
| 25. | Бег с ускорением на короткую дистанцию | 1 | 01.12 | |
| 26. | Беговые упражнения с координационной сложностью | 1 | 07.12 | |

| 27. | Беговые упражнения с | | 00.12 | |
|-----|--|---|-------|--|
| | координационной сложностью | 1 | 08.12 | |
| 28. | Спортивная игра баскетбол | 1 | 14.12 | |
| 29. | Спортивная игра баскетбол | 1 | 15.12 | |
| 30. | Спортивная игра баскетбол | 1 | 21.12 | |
| 31. | Ведение баскетбольного мяча. Ловля и | 1 | 22.12 | |
| | передача мяча двумя руками | 1 | 22.12 | |
| 32. | Ведение баскетбольного мяча. Ловля и | 1 | 28.12 | |
| 32. | передача мяча двумя руками | 1 | 20.12 | |
| 33. | Подвижные игры с приемами | 1 | 29.12 | |
| | баскетбола | 1 | 25.12 | |
| 34. | Подвижные игры с приемами | 1 | 11.01 | |
| | баскетбола | | | |
| 35. | Подвижные игры с приемами | 1 | 12.01 | |
| | баскетбола | | | |
| 36. | Спортивная игра волейбол | 1 | 18.01 | |
| 37. | Спортивная игра волейбол | 1 | 19.01 | |
| 38. | Спортивная игра волейбол | 1 | 25.01 | |
| | Прямая нижняя подача, приём и | | | |
| 39. | передача мяча снизу двумя руками на | 1 | 26.01 | |
| | месте и в движении | | | |
| 40 | Прямая нижняя подача, приём и | 1 | 01.02 | |
| 40. | передача мяча снизу двумя руками на | 1 | 01.02 | |
| 4.1 | месте и в движении | 1 | 02.02 | |
| 41. | Спортивная игра футбол | 1 | 02.02 | |
| 42. | Спортивная игра футбол | 1 | 08.02 | |
| 43. | Спортивная игра футбол | 1 | 09.02 | |
| 44. | Подвижные игры с приемами футбола | 1 | 15.02 | |
| 45. | Подвижные игры с приемами футбола | 1 | 16.02 | |
| 46. | Подвижные игры с приемами футбола | 1 | 22.02 | |
| 47. | Правила выполнения спортивных | 1 | 29.02 | |
| | нормативов 2-3 ступени | | | |
| 48. | Освоение правил и техники | 1 | 01.02 | |
| | выполнения норматива комплекса | 1 | 01.03 | |
| | Серестия в Зом. Эстафеты | | | |
| 49. | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса | 1 | 07.03 | |
| | ГТО. Бег на 30м. Эстафеты | 1 | 07.03 | |
| 50. | Освоение правил и техники | | | |
| | выполнения норматива комплекса | 1 | 14.03 | |
| | ГТО. Бег на 1000м | 1 | 11.05 | |
| | | | | |

| | Освоение правил и техники | | 44.00 |
|-----|--|---|-------|
| 51. | выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м | 1 | 15.03 |
| 52. | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения | 1 | 21.03 |
| 53. | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения | 1 | 22.03 |
| 54. | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты | 1 | 04.04 |
| 55. | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты | 1 | 05.04 |
| 56. | 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 | 11.04 |
| 57. | 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 | 12.04 |
| 58. | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты | 1 | 18.04 |
| 59. | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты | 1 | 19.04 |
| 60. | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры | 1 | 25.04 |
| 61. | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса | 1 | 26.04 |

| | ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты | | | |
|--|--|----|-------|--|
| 62. | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры | 1 | 02.05 | |
| 63. | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры | 1 | 03.05 | |
| 64. | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры | 1 | 10.05 | |
| 65. | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры | 1 | 16.05 | |
| 66. | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры | 1 | 17.05 | |
| 67. | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты | 1 | 23.05 | |
| 68. | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты | 1 | 24.05 | |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 68 | | |

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
№ 1" С.П. КАХУН УРВАНСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КБР
Понежева Фатима Мухамедовна, Директор

00 D3 3C EC 5A 1D 2F 4F D7 BD 65 16 91 F0 08 CD58

29.08.2023

Подпись верна

действителен с 21.03.2023 07:20 по 13.06.2024 07:20

Идентификатор документа: ON_NSCHFDOPPR_2AL-054D2A0E-0782-4C00-8F64-0754A07773A7-00001_2AE75689903-7BD3-4175-911C-67BFBA2F15DD_20230828_50c9f9d9-602a-4e66-83f9-33f14a4663bc