

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Тюрясевская средняя общеобразовательная школа Нурлатского муниципального района Республики Татарстан»

«Принято» Руководитель МО <i>В</i> Вахитова Г.И. Протокол №1 От «24» августа 2021 г.	«Согласовано» Зам.директора по УР МБОУ «Тюрясевская СОШ» <i>С</i> Васильева С.И. «24» августа 2021 г.	«Утверждаю» Директор МБОУ «Тюрясевская СОШ» <i>О</i> Орлова Е.А. Приказ № 71-ОД От «24» августа 2021 г.
--	---	--



Календарно-тематическое планирование

по физической культуре, 3 класс

Вахитовой Гульсины Ирековны

Принято на заседании
педагогического совета
протокол №1 от «24» августа 2021 г

2020-2021 учебный год

№ п/п	Тема урока	Количе ство часов	Дата	
	Знания о физической культуре	1		
1	Инструктаж по технике безопасности.	1	2.09	
	Лёгкая атлетика			
2	Тестирование бега на 30м с высокого старта.	1	3.09	
3	Тестирование челночного бега.	1	7.09	
4	Тестирование челночного бега 3X 10 м.	1	9.09	
5	Способы метания мяча на дальность.	1	10.09	
6	Тестирование метания мешочка на дальность.	1	14.09	
	Знания о физической культуре			
7	Пас и его значение для спортивных игр.	1	16.09	
	Подвижные и спортивные игры			
8	Спортивная игра "Футбол"	1	17.09	
	Лёгкая атлетика			
9	Прыжок в длину с разбега.	1	21.09	
10	Прыжок в длину с разбега на результат.	1	23.09	
11	Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега.	1		
	Подвижные и спортивные игры			
12	Контрольный урок по спортивной игре "Футбол".	1		
	Лёгкая атлетика			
13	Тестирование метание малого мяча на точность.	1		
	Гимнастика с элементами акробатики.			
14	Тестирование наклона вперёд из положения стоя.	1		
15	Тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30с.	1		
	Лёгкая атлетика			
16	Тестирование прыжка в длину с места.	1		
	Гимнастика с элементами акробатики.			
17	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа согнувшись.	1		
18	Тестирование виса на время.	1		
	Подвижные и спортивные игры			
19	Подвижная игра "Перестрелка".	1		
20	Футбольные упражнения.	1		
21	Футбольные упражнения в парах.	1		
22	Различные варианты футбольных упражнений в парах.	1		
23	Подвижная игра "Осада города".	1		
24	Броски и ловля мяча в парах.	1		
	Знания о физической культуре			
25	Закаливание.	1		
	Подвижные и спортивные игры			
26	Ведение мяча.	1		
27	Подвижные игры.	1		
	Гимнастика с элементами акробатики.			
28	Кувырок вперёд.	1		
29	Кувырок вперёд с разбега и через препятствие.	1		
30	Варианты выполнения кувырка вперёд.	1		
31	Кувырок назад.	1		
32	Кувырки.	1		
33	Круговая тренировка.	1		

34	Стойка на голове.	1		
35	Стойка на руках.	1		
36	Круговая тренировка.	1		
37	Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине.	1		
38	Лазанье и перелазание по гимнастической стенке.	1		
39	Прыжки в скакалку.	1		
40	Прыжки в скакалку в тройках..	1		
41	Лазание по канату в три приёма.	1		
42	Круговая тренировка.	1		
43	Подвижные игры: «Перебежки с мешочком на голове»	1		
44	Подвижные игры. «Успей занять место»	1		
45	Подвижные игры. «Живая цель»	1		
46	Варианты вращения обруча. Вращение обруча на туловище.	1		
47	Варианты вращения обруча. Прыжки с вращением обруча вперед.	1		
48	Круговая тренировка.	1		
	Лыжная подготовка.			
49	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок.	1		
50	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок.	1		
51	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками.	1		
52	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками.	1		
53	Повороты на лыжах переступанием и прыжком.	1		
54	Повороты на лыжах переступанием и прыжком.	1		
55	Поперечный двушажный ход на лыжах.	1		
56	Поперечный двушажный ход на лыжах.	1		
57	Одновременный двушажный ход на лыжах.	1		
58	Одновременный двушажный ход на лыжах.	1		
59	Подъём «полуёлочкой» и «ёлочкой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах.	1		
60	Подъём «полуёлочкой» и «ёлочкой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах.	1		
61	Подъём «лесенкой» и торможение «плугом» на лыжах.	1		
62	Подъём «лесенкой» и торможение «плугом» на лыжах.	1		
63	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой».	1		
64	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой».	1		
65	Подвижная игра на лыжах «Накаты».	1		
66	Подвижная игра на лыжах «Накаты».	1		
67	Спуск на лыжах со склона в нижней стойке.	1		
68	Спуск на лыжах со склона в нижней стойке.	1		
69	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах.	1		
70	Контрольный урок по лыжной подготовке.	1		
	Лёгкая атлетика			
71	Полоса препятствий.	1		
72	Усложнённая полоса препятствий.	1		
73	Прыжок в высоту с прямого разбега.	1		
74	Прыжок в высоту с прямого разбега.	1		
75	Прыжок в высоту спиной вперёд.	1		
76	Прыжки на мячах.	1		

	Спортивные игры.			
77	Бадминтон. Техника безопасности на занятиях по бадминтону.	1		
78	Бадминтон. Знакомство с бадминтоном, история возникновения и развития.	1		
79	Бадминтон. Техника игры.	1		
80	Бадминтон. Игры с воланом и ракеткой.	1		
	Знания о физической культуре			
81	Волейбол как вид спорта.	1		
	Подвижные и спортивные игры.			
82	Подготовка к волейболу.	1		
83	Контрольный урок по волейболу.	1		
	Лёгкая атлетика			
84	Броски набивного мяча способами "от груди" и "снизу".	1		
85	Броски набивного мяча правой и левой рукой.	1		
	Гимнастика с элементами акробатики.			
86	Тестирование виса на время.	1		
87	Тестирование наклона вперёд из положения стоя.	1		
	Лёгкая атлетика			
88	Тестирование прыжка в длину с места.	1		
	Гимнастика с элементами акробатики.			
89	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа согнувшись.	1		
90	Тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30с.	1		
	Подвижные и спортивные игры.			
91	Знакомство с баскетболом.	1		
92	Спортивная игра "Баскетбол".	1		
93	Мини-футбол. Правила игры.	1		
94	Мини-футбол. Ведение мяча.	1		
95	Мини-футбол.	1		
96	Мини-футбол. Соревнования.	1		
	Лёгкая атлетика			
97	Тестирование метания малого мяча на точность.	1		
98	Беговые упражнения.	1		
99	Тестирование бега на 30 м с высокого старта.	1		
100	Плавание .Правила техники безопасности на занятиях по плаванию.	1		
101	Плавание .Варианты дыхания.	1		
102	Плавание . Проведение различных имитационных упражнений.	1		