

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Республики Татарстан**

**Исполнительный комитет Арского муниципального района**

**Республики Татарстан**

**МБОУ "Нусинская ООШ"**

**РАССМОТРЕНО**

методическим  
объединением учителей

\_\_\_\_\_  
Николаева Р.Ф.  
Протокол №1 от «27»  
августа 2024 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора  
по УВР

\_\_\_\_\_  
Сафиуллина Г.К.  
«28» августа 2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор

\_\_\_\_\_  
Бадертдинов В.Х.  
Приказ №172 от «29»  
августа 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебного курса «Спорт и здоровый образ жизни»

для обучающихся 3 класса

учителя 1 квалификационной категории

муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения

«Нусинская основная общеобразовательная школа»

Арского муниципального района Республики Татарстан

Сагитовой Гузалии Гарифулловны

**Нуса 2024**

## 6. Тематическое планирование

№	Тема	Кол-во часов	Форма организации	Электронные образовательные ресурсы
3 класс				
1	Техника безопасности на занятиях по физической культуре	1		<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1834071?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1834071?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://cst.mossport.ru/parent/">https://cst.mossport.ru/parent/</a>
2	Спорт и здоровый образ жизни	1	факультатив	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1611264?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1611264?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2254795?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2254795?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://xn--80aeflxpamadsl7d3bv2c.xn--p1ai/news5.html">https://xn--80aeflxpamadsl7d3bv2c.xn--p1ai/news5.html</a> <a href="https://ligazn.ru/">https://ligazn.ru/</a> <a href="https://xn--80atdl2c.xn----8sbehgcimb3cfabqj3b.xn--p1ai/lessons/">https://xn--80atdl2c.xn----8sbehgcimb3cfabqj3b.xn--p1ai/lessons/</a>
3	Упражнения ритмической гимнастики для развития физических качеств	4	Факультатив, тренировка	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2147338?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2147338?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/983507?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/983507?menuReferrer=catalogue</a> <a href="http://xn--h1aaaihidei.xn--p1ai">http://xn--h1aaaihidei.xn--p1ai</a> <a href="https://www.europegym.ru">https://www.europegym.ru</a>
4	Танцевальные упражнения	4	Факультатив, тренировка	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2147338?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2147338?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/983507?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/983507?menuReferrer=catalogue</a> <a href="http://xn--h1aaaihidei.xn--p1ai">http://xn--h1aaaihidei.xn--p1ai</a> <a href="https://www.europegym.ru">https://www.europegym.ru</a>
5	Прикладные гимнастические упражнения в подвижных играх и эстафетах	4	тренировка	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2147338?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2147338?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/983507?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/983507?menuReferrer=catalogue</a> <a href="http://xn--h1aaaihidei.xn--p1ai">http://xn--h1aaaihidei.xn--p1ai</a> <a href="https://www.europegym.ru">https://www.europegym.ru</a>
6	Нормативы физкультурно-спортивного комплекса ГТО	5	факультатив, тренировка, соревнования	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2176809?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2176809?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1667775?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1667775?menuReferrer=catalogue</a> <a href="http://vg.mskobr.ru/">http://vg.mskobr.ru/</a> <a href="https://mgfso.mossport.ru/">https://mgfso.mossport.ru/</a>
7	Подвижные и спортивные	10	тренировка	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2287016?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2287016?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1</a>

	игры			<a href="https://www.parktaganskiy.ru/726619?menuReferrer=catalogue">726619?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://www.parktaganskiy.ru/">https://www.parktaganskiy.ru/</a>
8	Народные игры	3	факультатив, тренировка	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/287016?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/287016?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1726619?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1726619?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://www.parktaganskiy.ru/">https://www.parktaganskiy.ru/</a>
9	Турниры и соревнования	2	участие в спортивных соревнованиях	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/989750?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/989750?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://xn--b1ahgrjafjgng.xn--p1ai/event/festival-nacjonalnyx-vidov-sporta-russkij-mir-v-podmoskove">https://xn--b1ahgrjafjgng.xn--p1ai/event/festival-nacjonalnyx-vidov-sporta-russkij-mir-v-podmoskove</a>
		34		
3 класс				
1	Техника безопасности на занятиях по физической культуре	1		<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1834071?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1834071?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://cst.mossport.ru/parent/">https://cst.mossport.ru/parent/</a>
2	Спорт и здоровый образ жизни	2	факультатив	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1611264?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1611264?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2254795?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2254795?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://xn--80aeflxpamadl7d3bv2c.xn--p1ai/news5.html">https://xn--80aeflxpamadl7d3bv2c.xn--p1ai/news5.html</a> <a href="https://ligazn.ru/">https://ligazn.ru/</a> <a href="https://xn--80atdl2c.xn----8sbehgcimb3cfabqj3b.xn--p1ai/lessons/">https://xn--80atdl2c.xn----8sbehgcimb3cfabqj3b.xn--p1ai/lessons/</a>
3	Упражнения ритмической гимнастики для развития физических качеств	4	тренировка	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2147338?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2147338?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/983507?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/983507?menuReferrer=catalogue</a> <a href="http://xn--h1aaaihidei.xn--p1ai">http://xn--h1aaaihidei.xn--p1ai</a> <a href="https://www.europegym.ru">https://www.europegym.ru</a>
4	Танцевальные упражнения	4	тренировка	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2147338?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2147338?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/983507?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/983507?menuReferrer=catalogue</a> <a href="http://xn--h1aaaihidei.xn--p1ai">http://xn--h1aaaihidei.xn--p1ai</a> <a href="https://www.europegym.ru">https://www.europegym.ru</a>
5	Прикладные гимнастические упражнения в подвижных играх и эстафетах	4	тренировка	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2147338?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2147338?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/983507?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/983507?menuReferrer=catalogue</a> <a href="http://xn--h1aaaihidei.xn--p1ai">http://xn--h1aaaihidei.xn--p1ai</a> <a href="https://www.europegym.ru">https://www.europegym.ru</a>
6	Нормативы	5	тренировка	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2147338?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2147338?menuReferrer=catalogue</a>

	физкультурно-спортивного комплекса ГТО		а, соревнования	<a href="https://176809?menuReferrer=catalogue">176809?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1667775?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1667775?menuReferrer=catalogue</a> <a href="http://vg.mskobr.ru/">http://vg.mskobr.ru/</a> <a href="https://mgfso.mossport.ru/">https://mgfso.mossport.ru/</a>
7	Подвижные и спортивные игры	10	Тренировка, соревнования	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2287016?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2287016?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1726619?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1726619?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://www.parktaganskiy.ru/">https://www.parktaganskiy.ru/</a>
8	Народные игры	3	Тренировка, соревнования	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2287016?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2287016?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1726619?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1726619?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://www.parktaganskiy.ru/">https://www.parktaganskiy.ru/</a>
9	Турниры и соревнования	2	участие в спортивных соревнованиях	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/989750?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/989750?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://xn--b1ahgrjafjng.xn--p1ai/event/festival-nacionalnyx-vidov-sporta-russkij-mir-v-podmoskove">https://xn--b1ahgrjafjng.xn--p1ai/event/festival-nacionalnyx-vidov-sporta-russkij-mir-v-podmoskove</a>
		34		
4 класс				
1	Техника безопасности на занятиях по физической культуре	1		<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1834071?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1834071?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://cst.mossport.ru/parent/">https://cst.mossport.ru/parent/</a>
2	Спорт и здоровый образ жизни	1	факультатив	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1611264?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1611264?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2254795?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2254795?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://xn--80aeflxpamadsl7d3bv2c.xn--p1ai/news5.html">https://xn--80aeflxpamadsl7d3bv2c.xn--p1ai/news5.html</a> <a href="https://ligazn.ru/">https://ligazn.ru/</a> <a href="https://xn--80atdl2c.xn----8sbehgcimb3cfabqj3b.xn--p1ai/lessons/">https://xn--80atdl2c.xn----8sbehgcimb3cfabqj3b.xn--p1ai/lessons/</a>
3	Упражнения ритмической гимнастики для развития физических качеств	4	тренировка	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2147338?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2147338?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/983507?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/983507?menuReferrer=catalogue</a> <a href="http://xn--h1aaabhidei.xn--p1ai">http://xn--h1aaabhidei.xn--p1ai</a> <a href="https://www.europegym.ru">https://www.europegym.ru</a>
4	Танцевальные упражнения	4	тренировка	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2147338?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2147338?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/983507?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/983507?menuReferrer=catalogue</a> <a href="http://xn--h1aaabhidei.xn--p1ai">http://xn--h1aaabhidei.xn--p1ai</a> <a href="https://www.europegym.ru">https://www.europegym.ru</a>
5	Прикладные гимнастические	4	тренировка	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2147338?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2147338?menuReferrer=catalogue</a>

	кие упражнения в подвижных играх и эстафетах			<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/983507?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/983507?menuReferrer=catalogue</a> <a href="http://xn--h1aaaihidei.xn--p1ai">http://xn--h1aaaihidei.xn--p1ai</a> <a href="https://www.europegym.ru">https://www.europegym.ru</a>
6	Нормативы физкультурно-спортивного комплекса ГТО	5	тренировка, соревнования	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2176809?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2176809?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1667775?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1667775?menuReferrer=catalogue</a> <a href="http://vg.mskobr.ru/">http://vg.mskobr.ru/</a> <a href="https://mgfso.mossport.ru/">https://mgfso.mossport.ru/</a>
7	Подвижные и спортивные игры	10	учебно-тренировочные занятия в командах, соревнования	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2287016?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2287016?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1726619?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1726619?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://www.parktaganskiy.ru/">https://www.parktaganskiy.ru/</a>
8	Народные игры	3	тренировка, соревнования	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2287016?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2287016?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1726619?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1726619?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://www.parktaganskiy.ru/">https://www.parktaganskiy.ru/</a>
9	Турниры и соревнования	2	участие в спортивных соревнованиях	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/989750?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/989750?menuReferrer=catalogue</a> <a href="https://xn--b1ahgrjafjng.xn--p1ai/event/festival-naczionalnyx-vidov-sporta-russkij-mir-v-podmoskove">https://xn--b1ahgrjafjng.xn--p1ai/event/festival-naczionalnyx-vidov-sporta-russkij-mir-v-podmoskove</a>
		34		