

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Смоленской области

Муниципального образования "Рославльский район"

Смоленской области

МБОУ "Средняя школа № 1"

ПРИНЯТО

на заседании

педагогического совета

школы

Протокол от 29.08.2024 № 1

УТВЕРЖДЕНО

приказом по МБОУ

«Средняя школа №1»

от 30.08.2024 № 259

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ**

(ID 5981966)

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 3 «Б», «В» класса

начального общего образования

на 2024-2025 учебный год

Составитель: Казаринова Ольга Николаевна,
учитель физической культуры

Рославль, 2024

3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения		Электронные цифровые образовательны е ресурсы
		Всего	Контрольные работы	3 «Б»	3 «В»	
1	Правила и техника безопасности на занятиях по легкой атлетике. Беговые упражнения.	1		04.09.2024	03.09.2024	
2	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1		05.09.2024	04.09.2024	
3	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1		06.09.2024	05.09.2024	
4	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1		11.09.2024	10.09.2024	
5	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1		12.09.2024	11.09.2024	
6	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1		13.09.2024	12.09.2024	
7	Физическая культура у древних народов	1		18.09.2024	17.09.2024	
8	Виды физических упражнений	1		19.09.2024	18.09.2024	
9	Измерение пульса на занятиях физической культурой	1		20.09.2024	19.09.2024	
10	Дозировка физических нагрузок	1		25.09.2024	24.09.2024	
11	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1		26.09.2024	25.09.2024	
12	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс. Подводящие упражнения	1		27.09.2024	26.09.2024	
13	Беговые упражнения с координационной	1		02.10.2024	01.10.2024	

	сложностью					
14	Прыжок в длину с разбега (с места)	1		03.10.2024	02.10.2024	
15	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1		04.10.2024	03.10.2024	
16	Челночный бег	1		09.10.2024	08.10.2024	
17	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1		10.10.2024	09.10.2024	
18	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1		11.10.2024	10.10.2024	
19	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1		16.10.2024	15.10.2024	
20	Броски набивного мяча	1		17.10.2024	16.10.2024	
21	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		18.10.2024	17.10.2024	
22	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1		23.10.2024	22.10.2024	

23	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств	1		24.10.2024	23.10.2024	
24	История появления современного спорта	1		25.10.2024	24.10.2024	
25	Правила и техника безопасности на уроках по спортивным и подвижным играм.	1		06.11.2024	05.11.2024	
26	Спортивная игра волейбол	1		07.11.2024	06.11.2024	
27	Спортивная игра волейбол	1		08.11.2024	07.11.2024	
28	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1		13.11.2024	12.11.2024	
29	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1		14.11.2024	13.11.2024	
30	Правила и техника безопасности при занятиях гимнастики. Строевые команды и упражнения	1		15.11.2024	14.11.2024	
31	Дыхательная и зрительная гимнастика	1		20.11.2024	19.11.2024	
32	Строевые команды и упражнения	1		21.11.2024	20.11.2024	
33	Лазанье по канату	1		22.11.2024	21.11.2024	
34	Лазанье по канату	1		27.11.2024	26.11.2024	
35	Передвижения по гимнастической скамейке	1		28.11.2024	27.11.2024	
36	Передвижения по гимнастической скамейке	1		29.11.2024	27.11.2024	
37	Передвижения по гимнастической стенке	1		04.12.2024	03.12.2024	
38	Передвижения по гимнастической стенке	1		05.12.2024	04.12.2024	

39	Прыжки через скакалку	1		06.12.2024	05.12.2024	
40	Прыжки через скакалку	1		11.12.2024	10.12.2024	
41	Ритмическая гимнастика	1		12.12.2024	11.12.2024	
42	Ритмическая гимнастика	1		13.12.2024	12.12.2024	
43	Танцевальные упражнения из танца галоп	1		18.12.2024	17.12.2024	
44	Танцевальные упражнения из танца галоп	1		19.12.2024	18.12.2024	
45	Танцевальные упражнения из танца полька	1		20.12.2024	19.12.2024	
46	Танцевальные упражнения из танца полька	1		25.12.2024	24.12.2024	
47	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1		26.12.202	25.12.2024	
48	Техника безопасности на занятиях по лыжной подготовке. Экипировка лыжника.	1		27.12.2024	26.12.2024	
49	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1		09.01.2025	09.01.2025	
50	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1		10.01.2025	14.01.2025	
51	Повороты на лыжах способом переступания на месте	1		15.01.2025	15.01.2025	
52	Повороты на лыжах способом переступания на месте	1		16.01.2025	16.01.2025	
53	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1		17.01.2025	21.01.2025	
54	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1		22.01.2025	22.01.2025	

55	Повороты на лыжах способом переступания	1		23.01.2025	23.01.2025	
56	Повороты на лыжах способом переступания	1		24.01.2025	28.01.2025	
57	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1		29.01.2025	29.01.2025	
58	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1		30.01.2025	30.01.2025	
59	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1		31.01.2025	04.02.2025	
60	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1		05.02.2025	05.02.2025	
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1		06.02.2025	06.02.2025	
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1		07.02.2025	11.02.2025	
63	Правила и техника безопасности на уроках по спортивным и подвижным играм.	1		12.02.2025	12.02.2025	
64	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1		13.02.2025	13.02.2025	
65	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1		14.02.2025	18.02.2025	
66	Спортивная игра баскетбол	1		19.02.2025	19.02.2025	
67	Спортивная игра баскетбол	1		20.02.2025	20.02.2025	
68	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и	1		21.02.2025	25.02.2025	

	передача мяча двумя руками					
69	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1		26.02.2025	26.02.2025	
70	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1		27.02.2025	27.02.2025	
71	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1		28.02.2025	04.03.2025	
72	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1		05.03.2025	05.03.2025	
73	Подвижные игры с приемами баскетбола	1		06.03.2025	06.03.2025	
74	Подвижные игры с приемами баскетбола	1		07.03.2025	11.03.2025	
75	Спортивная игра футбол	1		12.03.2025	12.03.2025	
76	Спортивная игра футбол	1		13.03.2025	13.03.2025	
77	Подвижные игры с приемами футбола	1		14.03.2025	18.03.2025	
78	Подвижные игры с приемами футбола	1		19.03.2025	19.03.2025	
79	Правила выполнения спортивных нормативов 2-3 ступени	1		20.03.2025	20.03.2025	
80	Правила ТБ на уроках. Сохранение и укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1		21.03.2025	25.03.2025	
81	Челночный бег	1		26.03.2025	26.03.2025	
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1		27.03.2025	27.03.2024	
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1		28.03.2025	08.04.2025	

84	Прыжок в длину с разбега (с места)	1		09.04.2025	09.04.2025	
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1		10.04.2025	10.04.2025	
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1		11.04.2025	15.04.2025	
87	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		16.04.2025	16.04.2025	
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1		17.04.2025	17.04.2025	
89	Правила и техника безопасности на занятиях по легкой атлетике. Беговые упражнения.	1		18.04.2025	22.04.2025	
90	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1		23.04.2025	23.04.2025	
91	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1		24.04.2025	29.04.2025	
92	Беговые упражнения с координационной сложностью	1		30.04.2025	30.04.2025	
93	Беговые упражнения с координационной сложностью	1		07.05.2025	06.05.2025	
94	Броски набивного мяча	1		14.05.2025	07.05.2025	

95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1		15.05.2025	13.05.2025	
96	Закаливание организма под душем	1		16.05.2025	14.05.2025	
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1		21.05.2025	15.05.2025	
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс. Подводящие упражнения	1		22.05.2025	20.05.2025	
99	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1		22.05.2025	21.05.2025	
100	Промежуточная аттестация (тестирование)	1	1	25.04.2025	24.04.2025	
101	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1		23.05.2025	22.05.2025	
102	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1		23.05.2025	22.05.2025	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	1			

Формы учета рабочей программы воспитания

Воспитательный потенциал учебного предмета физическая культура на уровне начального общего образования реализуется на деятельностной основе через:

- максимальное использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета физическая культура для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей, российского исторического сознания на основе исторического просвещения; подбор соответствующего содержания уроков, заданий, вспомогательных материалов, проблемных ситуаций для обсуждений;
- включение в рабочую программу учебного предмета физическая культура целевых ориентиров результатов воспитания, их учёт в определении воспитательных задач уроков, занятий;
- выбор методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания, целевыми ориентирами результатов воспитания; реализацию приоритета воспитания в учебной деятельности;
- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках физической культурой, явлений и событий, инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личностного отношения к изучаемым событиям, явлениям, лицам;
- применение интерактивных форм учебной работы — интеллектуальных, стимулирующих познавательную мотивацию, игровых методик, дискуссий, дающих возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы, которая учит строить отношения и действовать в команде, способствует развитию критического мышления;
- побуждение обучающихся соблюдать нормы поведения, правила общения со сверстниками и педагогами, соответствующие укладу общеобразовательной организации, установление и поддержку доброжелательной атмосферы;
- инициирование и поддержку исследовательской деятельности обучающихся, планирование и выполнение индивидуальных и групповых проектов воспитательной направленности.

**Реализация воспитательного потенциала учебного предмета
«Физическая культура» через урочную систему обучения и воспитания**

3 классе

№ п/п	Тема раздела	Кол-во часов	Форма реализации воспитательного потенциала темы	Модуль рабочей программы воспитания «Урочная деятельность», «Основные школьные дела»	Сроки
1.	Знания о физической культуре	3	<p>Максимальное использование воспитательных возможностей содержания предмета «Физическая культура» для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей</p> <p>Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих практических ситуаций.</p> <p>Применение интерактивных форм учебной работы — интеллектуальных, стимулирующих познавательную мотивацию, игровых методик, дискуссий, дающих возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы, которая учит строить отношения и действовать в команде, способствует развитию критического мышления.</p> <p>Инициирование и поддержка исследовательской деятельности обучающихся, планирование и выполнение индивидуальных и групповых проектов воспитательной направленности</p>	<p>День солидарности в борьбе с терроризмом</p> <p>Международный день распространения грамотности</p> <p>Месячник безопасности</p> <p>- Инструктаж по ТБ и правилам безопасного поведения</p> <p>День здоровья</p>	<p>Сентябрь</p> <p>Апрель</p>
2.	Способы самостоятельной деятельности	9	<p>Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих практических ситуаций.</p> <p>Применение интерактивных форм учебной работы — интеллектуальных, стимулирующих познавательную мотивацию, игровых методик, дискуссий, дающих возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы, которая учит строить отношения и действовать в команде, способствует развитию критического мышления.</p> <p>Инициирование и поддержку исследовательской деятельности</p>	<p>День солидарности в борьбе с терроризмом</p> <p>Международный день распространения грамотности</p> <p>Месячник безопасности</p> <p>- Инструктаж по ТБ и правилам</p>	<p>Сентябрь-октябрь</p>

			обучающихся, планирование и выполнение индивидуальных и групповых проектов воспитательной направленности	безопасного поведения	
3.	Оздоровительная физическая культура	3	<p>Выбор методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания, целевыми ориентирами результатов воспитания; реализацию приоритета воспитания в учебной деятельности;</p> <p>Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках физической культуры, явлений и событий, инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личностного отношения к изучаемым событиям, явлениям, лицам</p>	<p>Тематические мероприятия посвященные День Героев Отечества</p> <p>День отца</p> <p>День матери</p>	Октябрь, ноябрь, декабрь
4.	Спортивно-оздоровительная физическая культура	59	<p>Максимальное использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета физическая культура для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей, российского исторического сознания на основе исторического просвещения; подбор соответствующего содержания уроков, заданий, вспомогательных материалов, проблемных ситуаций для обсуждений;</p> <p>Включение в рабочую программу учебного предмета физическая культура целевых ориентиров результатов воспитания, их учёт в определении воспитательных задач уроков, занятий;</p> <p>Побуждение обучающихся соблюдать нормы поведения, правила общения со сверстниками и педагогами, соответствующие укладу общеобразовательной организации, установление и поддержку доброжелательной атмосферы;</p> <p>Выбор методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания, целевыми ориентирами результатов воспитания; реализацию приоритета воспитания в учебной деятельности;</p>	<p>Общешкольный фестиваль науки,</p> <p>Месячник военно-патриотической и оборонно-спортивной работы</p> <p>Декада школьного музея</p> <p>-Стеринская неделя «Его имя носит твоя школа»</p> <p>День Героев Отечества</p> <p>День прав человека</p> <p>День полного освобождения Ленинграда от фашисткой блокады</p> <p>День защитника отечества,</p> <p>Цикл мероприятий</p>	Сентябрь -май

				приуроченных к Победы в Великой Отечественной войне День защиты детей	
5.	Прикладно-ориентированная физическая культура	28	<p>Максимальное использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета физическая культура для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей, российского исторического сознания на основе исторического просвещения; подбор соответствующего содержания уроков, заданий, вспомогательных материалов, проблемных ситуаций для обсуждений;</p> <p>Включение в рабочую программу учебного предмета физическая культура целевых ориентиров результатов воспитания, их учёт в определении воспитательных задач уроков, занятий;</p> <p>Побуждение обучающихся соблюдать нормы поведения, правила общения со сверстниками и педагогами, соответствующие укладу общеобразовательной организации, установление и поддержку доброжелательной атмосферы;</p>	<p>Праздник весны и труда</p> <p>Всемирный день здоровья</p> <p>День детских общественных организаций России</p>	Апрель-май

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Т.В. Петрова, Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская, С.С. Петров Физическая культура 3-4 класс Москва, Издательский центр «Вента – Граф», 2019 г.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://user.gto.ru/>