

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Департамент Смоленской области по образованию и науке
Муниципальное образование «Рославльский район»
Смоленской области
МБОУ «Средняя школа № 1»

ПРИНЯТО

на заседании педагогического

совета школы

Протокол от 29.08.23_№ 1

УТВЕРЖДЕНО

приказом по МБОУ

«Средняя школа №1»

от 31.08.2023 № 265

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

(ID 661010)

учебного предмета «Физическая культура»

для 3 Б класса начального общего образования

на 2023-2024 учебный год

Составитель: Александрова Ирина Алексеевна,
учитель начальных классов

Рославль, 2023

3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Физическая культура у древних народов	1			01.09.2023	Поле для свободного ввода1
2	История появления современного спорта	1			05.09.2023	Поле для свободного ввода1
3	Виды физических упражнений	1			07.09.2023	Поле для свободного ввода1
4	Измерение пульса на занятиях физической культурой	1			08.09.2023	Поле для свободного ввода1
5	Дозировка физических нагрузок	1			12.09.2023	Поле для свободного ввода1
6	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств	1			14.09.2023	Поле для свободного ввода1
7	Закаливание организма под душем	1			15.09.2023	Поле для свободного ввода1
8	Дыхательная и зрительная гимнастика	1			19.09.2023	Поле для

						свободного ввода1
9	Строевые команды и упражнения	1			21.09.2023	Поле для свободного ввода1
10	Строевые команды и упражнения	1			22.09.2023	Поле для свободного ввода1
11	Лазанье по канату	1			26.09.2023	Поле для свободного ввода1
12	Лазанье по канату	1			28.09.2023	Поле для свободного ввода1
13	Передвижения по гимнастической скамейке	1			29.09.2023	Поле для свободного ввода1
14	Передвижения по гимнастической скамейке	1			03.10.2023	Поле для свободного ввода1
15	Передвижения по гимнастической стенке	1			05.10.2023	Поле для свободного ввода1
16	Передвижения по гимнастической стенке	1			06.10.2023	Поле для свободного ввода1
17	Прыжки через скакалку	1			10.10.2023	Поле для свободного

						ввода1
18	Прыжки через скакалку	1			12.10.2023	Поле для свободного ввода1
19	Ритмическая гимнастика	1			13.10.2023	Поле для свободного ввода1
20	Ритмическая гимнастика	1			17.10.2023	Поле для свободного ввода1
21	Танцевальные упражнения из танца галоп	1			19.10.2023	Поле для свободного ввода1
22	Танцевальные упражнения из танца галоп	1			20.10.2023	Поле для свободного ввода1
23	Танцевальные упражнения из танца полька	1			24.10.2023	Поле для свободного ввода1
24	Танцевальные упражнения из танца полька	1			26.10.2023	Поле для свободного ввода1
25	Прыжок в длину с разбега	1			27.10.2023	Поле для свободного ввода1
26	Прыжок в длину с разбега	1			07.11.2023	Поле для свободного ввода1

27	Броски набивного мяча	1			09.11.2023	Поле для свободного ввода1
28	Броски набивного мяча	1			10.11.2023	Поле для свободного ввода1
29	Челночный бег	1			14.11.2023	Поле для свободного ввода1
30	Челночный бег	1			16.11.2023	Поле для свободного ввода1
31	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1			17.11.2023	Поле для свободного ввода1
32	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1			21.11.2023	Поле для свободного ввода1
33	Беговые упражнения с координационной сложностью	1			23.11.2023	Поле для свободного ввода1
34	Беговые упражнения с координационной сложностью	1			24.11.2023	Поле для свободного ввода1
35	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1			28.11.2023	Поле для свободного ввода1
36	Передвижение на лыжах	1			30.11.2023	Поле для

	одновременным двухшажным ходом					свободного ввода1
37	Повороты на лыжах способом переступания на месте	1			01.12.2023	Поле для свободного ввода1
38	Повороты на лыжах способом переступания на месте	1			05.12.2023	Поле для свободного ввода1
39	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1			07.12.2023	Поле для свободного ввода1
40	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1			08.12.2023	Поле для свободного ввода1
41	Повороты на лыжах способом переступания	1			12.12.2023	Поле для свободного ввода1
42	Повороты на лыжах способом переступания	1			14.12.2023	Поле для свободного ввода1
43	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1			15.12.2023	Поле для свободного ввода1
44	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1			19.12.2023	Поле для свободного ввода1
45	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1			21.12.2023	Поле для свободного

						ввода1
46	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1			22.12.2023	Поле для свободного ввода1
47	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1			26.12.2023	Поле для свободного ввода1
48	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1			28.12.2023	Поле для свободного ввода1
49	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1			29.12.2024	Поле для свободного ввода1
50	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1			09.01.2024	Поле для свободного ввода1
51	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1			11.01.2024	Поле для свободного ввода1
52	Спортивная игра баскетбол	1			12.01.2024	Поле для свободного ввода1
53	Спортивная игра баскетбол	1			16.01.2024	Поле для свободного ввода1
54	Спортивная игра баскетбол	1			18.01.2024	Поле для свободного ввода1

55	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1			19.01.2024	Поле для свободного ввода1
56	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1			23.01.2024	Поле для свободного ввода1
57	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1			25.01.2024	Поле для свободного ввода1
58	Подвижные игры с приемами баскетбола	1			26.01.2024	Поле для свободного ввода1
59	Подвижные игры с приемами баскетбола	1			30.01.2024	Поле для свободного ввода1
60	Подвижные игры с приемами баскетбола	1			01.02.2024	Поле для свободного ввода1
61	Спортивная игра волейбол	1			02.02.2024	Поле для свободного ввода1
62	Спортивная игра волейбол	1			06.02.2024	Поле для свободного ввода1
63	Спортивная игра волейбол	1			08.02.2024	Поле для свободного ввода1
64	Прямая нижняя подача, приём и	1			09.02.2024	Поле для

	передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении					свободного ввода1
65	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1			13.02.2024	Поле для свободного ввода1
66	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1			15.02.2024	Поле для свободного ввода1
67	Спортивная игра футбол	1			16.02.2024	Поле для свободного ввода1
68	Спортивная игра футбол	1			20.02.2024	Поле для свободного ввода1
69	Подвижные игры с приемами футбола	1			22.02.2024	Поле для свободного ввода1
70	Подвижные игры с приемами футбола	1			27.02.2024	Поле для свободного ввода1
71	Подвижные игры с приемами футбола	1			29.02.2024	Поле для свободного ввода1
72	Правила выполнения спортивных нормативов 2-3 ступени	1			01.03.2024	Поле для свободного ввода1
73	Правила ТБ на уроках. Сохранение и укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1			05.03.2024	Поле для свободного

						ввода1
74	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			07.03.2024	Поле для свободного ввода1
75	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			12.03.2024	Поле для свободного ввода1
76	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1			14.03.2024	Поле для свободного ввода1
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1			15.03.2024	Поле для свободного ввода1
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1			19.03.2024	Поле для свободного ввода1
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1			21.03.2024	Поле для свободного ввода1
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Эстафеты	1			22.03.2024	Поле для свободного ввода1
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.. Эстафеты	1			02.04.2024	Поле для свободного ввода1
82	Освоение правил и техники	1			04.04.2024	Поле для

	выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты					свободного ввода1
83	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			05.04.2024	Поле для свободного ввода1
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			09.04.2024	Поле для свободного ввода1
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			11.04.2024	Поле для свободного ввода1
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			12.04.2024	Поле для свободного ввода1
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			16.04.2024	Поле для свободного ввода1

88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			18.04.2024	Поле для свободного ввода1
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			19.04.2024	Поле для свободного ввода1
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			23.04.2024	Поле для свободного ввода1
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			25.04.2024	Поле для свободного ввода1
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1			26.04.2024	Поле для свободного ввода1
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1			2.05.2024	Поле для свободного ввода1
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1			03.05.2024	Поле для свободного ввода1
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.	1			07.05.2024	Поле для свободного

	Челночный бег 3*10м. Эстафеты					ввода1
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1			14.05.2024	Поле для свободного ввода1
97	Промежуточная аттестация (тестирование)	1			16.05.2024	Поле для свободного ввода1
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подвижные игры	1			17.05.2024	Поле для свободного ввода1
99	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1			21.05.2024	Поле для свободного ввода1
100	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1			23.05.2024	Поле для свободного ввода1
101	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1			24.05.2024	Поле для свободного ввода1
102	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	0		

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

В.И.Лях, А.А. Зданевич Физическая культура 1-4 кл.

Москва, «Просвещение», 2021 г.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ
ИНТЕРНЕТ**

«Физическая культура»

Форма 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 русского языка 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;

– организацию шефства мотивированных и эрудированных обучающихся над неуспевающими одноклассниками, в том числе с особыми образовательными потребностями, дающего обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;

– 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 Б класс**

№	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	2	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.	Ежедневные минутки безопасности	В течение года
2.	Способы самостоятельной деятельности	4	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.	Выставка рисунков «Мы за здоровый образ жизни»	Сентябрь
3.	Оздоровительная физическая культура	2	Организация шефства мотивированных и эрудированных обучающихся над неуспевающими одноклассниками, в том числе с особыми образовательными потребностями, дающего обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи.	Месячник безопасности - Инструктаж по ТБ и правилам безопасного поведения - единый классный час: «Правила дорожного движения знай и	Сентябрь

				уважай!» - общешкольная тренировочная эвакуация. Возложение цветов к Вечному огню в Сквере погибших воинов.	
4.	Спортивно-оздоровительная физическая культура	66	<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>Включение в рабочую программу учебного предмета «Русский язык» целевых ориентиров результатов воспитания, их учёт в определении воспитательных задач уроков, занятий.</p>	Состязания для мальчиков к 23 февраля	Февраль
5.	Прикладно-ориентированная физическая культура	28	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.	Участие в мероприятиях трека орленок-спортсмен(Программа Орлята России)	Март