

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №76»
ЗАТО Северск Томской области ул. Парковая, 2а
тел. 8(3823)54-56-50, факс 8(3823) 54-65-11

ПРОВЕРЕНО

заместитель директора по УВР

Протокол №

Захарова Ю.С. С.П.

от «26» августа 2024г.



УТВЕРЖДАЮ

директор МАОУ «СОШ №76»

С.Л. Вдовина

Приказ от «26» августа 2024г.

№ 01-15-138

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
к рабочей программе учебного предмета (курса)
«Физическая культура»

Уровень реализации рабочей программы (нужное подчеркнуть):
базовый, расширенный, углубленный, профильный
для 3 класса

Составители:

Учителя начальных классов: Заскалкина Н.С., Троицкая С.А., Гузеев С.В., Карташова С. Б.

Северск, 2024 год

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количе ство часов	Электронные учебно- методические материалы	Воспитательный компонент
Раздел 1. Знания о физической культуре - 9ч				
1.1.	Нагрузка. Влияние нагрузки на мышцы. Влияние утренней гимнастики и регулярного выполнения физических упражнений с постепенным увеличением нагрузки на человека	3	https://resh.edu.ru/class/3/	Укрепление здоровья, совершенствование функциональных возможностей и обеспечение всестороннего физического развития организма, развитие силы, быстроты, выносливости и ловкости, волевых и моральных качеств, воспитание дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы и товарищества, рациональных гигиенических навыков, овладение знаниями по гигиене физических упражнений и самоконтролю.
1.2.	Физические упражнения. Классификация физических упражнений по направлениям. Эффективность развития физических качеств в соответствии с возрастными периодами развития	2		
1.3.	Гимнастика. Подводящие упражнения. Характеристика подводящих упражнений	2		
1.4.	Плавание. Правила дыхания в воде при плавании, техника выполнения согласования двигательных действий при плавании	2		
Раздел 2. Способы физкультурной деятельности - 9ч				
2.1.	Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьесформирующими физическими упражнениями	4	https://resh.edu.ru/class/3/	Укрепление здоровья, совершенствование функциональных возможностей и обеспечение всестороннего физического развития организма, развитие силы, быстроты, выносливости и ловкости, волевых и моральных качеств, воспитание дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы и товарищества, рациональных гигиенических навыков, овладение знаниями по гигиене физических упражнений и самоконтролю.
2.2.	Самостоятельные развивающие подвижные игры и спортивные эстафеты, строевые упражнения	5		
Раздел 3. Физкультурно-оздоровительная деятельность - 48ч				
3.1.	Освоение специальных упражнений основной гимнастики	38ч	https://resh.edu.ru/class/3/	Укрепление здоровья, совершенствование функциональных возможностей и обеспечение всестороннего физического развития организма, развитие силы, быстроты,
3.2.	Игры и игровые задания	10ч		

				выносливости и ловкости, волевых и моральных качеств, воспитание дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы и товарищества, рациональных гигиенических навыков, овладение знаниями по гигиене физических упражнений и самоконтролю.
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная деятельность - 36ч				
4.1.	Комбинации упражнений основной гимнастики	15	https://resh.edu.ru/class/3/	Укрепление здоровья, совершенствование функциональных возможностей и обеспечение всестороннего физического развития организма, развитие силы, быстроты, выносливости и ловкости, волевых и моральных качеств, воспитание дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы и товарищества, рациональных гигиенических навыков, овладение знаниями по гигиене физических упражнений и самоконтролю.
4.2.	Спортивные упражнения	14		
4.3.	Туристические физические упражнения	3		
4.4.	Подготовка к демонстрации полученных результатов	4		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102ч		