

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
городского округа Королев Московской области
«Средняя общеобразовательная школа № 14»

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ № 14

В.А.Белецкая

Приказ № 77А от 31.08.2020 г.



Календарно-тематическое планирование
по предмету
физическая культура
3 класс
3 часа в неделю

Составитель: Смольков Иван Михайлович
учитель физической культуры
первой квалификационной категории

Календарно-тематическое планирование
3 класс

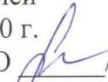
№ урока	Наименование разделов и тем	Плановые сроки прохождения	Скорректированные сроки прохождения	
			3А	3Б
1.	Вводный инструктаж. Беговые упражнения	01.09-07.09		
2.	ИОТ-89-2019. Ходьба. Бег 30 м			
3.	ИОТ-19-2019. Бег 60 м, подтягивание Челночный бег			
4.	Челночный бег 3х10м. Прыжок в длину с разбега	08.09-14.09		
5.	Высокий старт. Бег в равномерном темпе 3мин. Бег 30м			
6.	Подтягивание. Бег в чередовании с ходьбой до 150 м			
7.	Равномерный бег до 4 мин.Прыжок в длину с места Бег 30 м	15.09-21.09		
8.	Многоскоки.Метание теннисного мяча на дальность			
9.	Бег 60 м. Метание теннисного мяча			
10.	Метание в цель с 4–5 м	22.09-28.09		
11.	Метание малого мяча в цель			
12.	Равномерный бег 4 мин.Чередование ходьбы и бега			
13.	Бег на выносливость 1000 м	29.09-05.10		
14.	Бег 60 м. Прыжки через скакалку			
15.	Преодоление полосы препятствий			
16.	ИОТ-20-2019. Прыжки через скакалку	06.10-12.10		
17.	Подвижные игры			
18.	Прыжки через скакалку			
19.	Правила организации и проведения игр.	13.10-19.10		
20.	ИОТ-21-2019. Комбинированные эстафеты			
21.	Поднимание ног на гимнастической стенке			
22.	П/И «Вол во рву», «Прыжки по полосам»	20.10-26.10		
23.	Эстафеты с предметами.			
24.	Эстафеты с предметами.			
25.	Игра «Салки», «С кочки на кочку» .	27.10-09.11		
26.	Эстафеты с обручем			
27.	ИОТ-17-2019. ОРУ на гибкость			
28.	Строевые команды	10.11-16.11		
29.	Строевые команды. Перекаты в группировке. Стойка на лопатках			
30.	Перестроения. Кувырок вперед. Мост из положения лёжа			
31.	Совершенствование и закрепление элементов акробатики. Кувырок вперед.	17.11-23.11		
32.	Акробатическая комбинация			
33.	Висы «Мост» из положения лежа на спине			
34.	Совершенствование и закрепление элементов акробатики. Кувырок вперед.	24.11-30.11		

35.	Акробатическая комбинация			
36.	Висы. «Мост» из положения лежа на спине			
37.	Строевые упражнения. Висы. Подтягивание	01.12-07.12		
38.	Преодоление полосы препятствий.			
39.	Лазание и перелезание.Отжимание от пола			
40.	Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, переползания	08.12-14.12		
41.	Лазанье по наклонной гимнастической скамейке. Отжимание от пола			
42.	Упражнения на равновесие. Поднимание туловища из положения лёжа			
43.	Строевые упражнения. Круговая тренировка	15.12-21.12		
44.	Строевые упражнения. Круговая тренировка			
45.	Элементы баскетбола			
46.	Ведение баскетбольного мяча на месте	22.12-28.12		
47.	Ведение мяча в движении			
48.	Передача мяча двумя руками от пола			
49.	ИОТ-89-2019. Форма, перенос лыж	12.01-18.01		
50.	ИОТ-18-2019. Повороты переступанием на месте. Равномерное передвижение до 1 км			
51.	Повороты переступанием в движении. Попеременный ход			
52.	Спуски в низкой стойке. Прохождение дистанции	19.01-25.01		
53.	Спуски в основной стойке. Прохождение дистанции			
54.	Спуски в основной, низкой стойках			
55.	Подъёмы ступающим шагом	26.01-01.02		
56.	Подъёмы скользящим шагом			
57.	Подъём ёлочкой, полуёлочкой. Прохождение дистанции 300 м			
58.	Прохождение дистанции 300 м с околосоревновательной скоростью	02.02-08.02		
59.	Подъем и спуски под уклон			
60.	Прохождение на лыжах в режиме умеренной интенсивности			
61.	Передвижение на лыжах до 1,5 км	09.02-15.02		
62.	Передвижение на лыжах до 1,5 км			
63.	Подъем и спуски под уклон с прохождением ворот			
64.	Подъем и спуски под уклон с прохождением ворот	16.02-22.02		
65.	Прохождение дистанции			
66.	Прохождение дистанции. Спуски			
67.	Передвижение на лыжах до 1,5 км	23.02-01.03		
68.	Одновременный безшажный ход. Пробегание 500м			
69.	Равномерное передвижение до 1 км			
70.	Прохождение дистанции	02.03-08.03		
71.	Прохождение дистанции.Игра «Биатлон»			
72.	ИОТ-20-2019. Элементы баскетбола			
73.	Ловля мяча на месте и в движении	09.03-15.03		
74.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча			

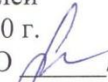
75.	Ведение мяча в движении			
76.	Ловля и передача мяча в движении	16.03-22.03		
77.	Элементы баскетбола			
78.	Ведение мяча в парах			
79.	Броски в цель (в кольцо, щит, обруч)	23.03-05.04		
80.	Удар по неподвижному мячу с места. Отжимание от пола			
81.	ОФП. Удар по катящемуся мячу			
82.	ОФП. Удар по катящемуся мячу	06.04-12.04		
83.	Игра в мини-футбол по упрощенным правилам			
84.	Игра в мини-футбол по упрощенным правилам			
85.	ИОТ-19-2019. ОРУ. Беговые упражнения	13.04-19.04		
86.	Бег с ускорением 60 м, подтягивание			
87.	Бег с ускорением 60 м, подтягивание			
88.	Высокий старт. Бег в равномерном темпе 3мин. Бег 30м	20.04-26.04		
89.	Челночный бег 3x10м. Прыжок в длину с разбега			
90.	Челночный бег 3x10м. Прыжок в длину с разбега			
91.	Подтягивание. Бег в чередовании с ходьбой до 150 м	27.04-03.05		
92.	Равномерный бег до 4 мин. Прыжок в длину с места. Бег 30 м			
93.	Многоскоки. Метание теннисного мяча на дальность			
94.	Бег 30 м. Метание теннисного мяча	04.05-10.05		
95.	Броски большого мяча (1кг). Метание теннисного мяча на дальность			
96.	Бег до 3-4 мин. Метание мяча			
97.	Равномерный бег 3 мин. Чередование ходьбы и бега	11.05-17.05		
98.	Бег на выносливость 1000 м			
99.	Бег на выносливость 1000 м			
100.	Бег 60 м. Прыжки через скакалку	18.05-24.05		
101.	Бег 60 м. Прыжки через скакалку			
102.	Бег 60 м. Прыжки через скакалку			
	Итого:		102	

«ПРИНЯТО»
Решением педагогического совета
Протокол № 1
от «31» августа 2020 г.

«СОГЛАСОВАНО»

Протокол № 1 заседания методического
объединения учителей
от «27» августа 2020 г.
Руководитель ШМО  Т.В. Гвоздева/

«СОГЛАСОВАНО»

Протокол № 1 заседания методического
объединения учителей
от «27» августа 2020 г.
Руководитель ШМО  Т.В. Гвоздева/

Королев 2020