

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство просвещения и воспитания Ульяновской области**  
**муниципальное образование " Тереньгульский район" Ульяновской**  
**области**  
**МОУ Байдулинская СОШ**

РАССМОТРЕНО

Рассмотренно ШМО учителей

\_\_\_\_\_  
Распаева М.А.  
Протокол №1 от «27» 08 2024  
г.

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по УР

\_\_\_\_\_  
Лямаева Г.А.  
Протокол №1 от «28» 08  
2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

\_\_\_\_\_  
Фещенко С.В.  
Приказ №107/1/0 от «29» 08  
2024 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 6080605)

**учебного предмета «Физическая культура» (Вариант 1)**

для обучающихся 3 класса

**с.Байдулино 2024**

## Пояснительная записка

Данная рабочая программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, основана на программе по предметной линии учебников В. И. Ляха и обеспечена учебником для общеобразовательных учреждений «Физическая культура. 1-4 классы» (М.: Просвещение).

### Общая характеристика предмета

Физическая культура — это обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Учебный предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения — физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня (физкультминутка, зарядка и т. п.) и второй половины дня (гимнастика, подвижные игры), внеклассной работой по физической культуре (спортивные секции, группы ОФП), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья, спортивные праздники, походы и т. п.) — достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность. При создании данной программы учитывалось, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка.

**Цель обучения** – формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизация трудовой деятельности и организации активного отдыха.

### Задачи обучения:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- обучение методике движений;
- развитие координационных (точность воспроизведения и дифференцирование пространственных, временных и силовых параметров движений; равновесие, ритм, быстрота, и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирование в пространстве)
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических способностей;

- представление об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов в ходе двигательной деятельности.

### **Общая характеристика курса**

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Понятийная база и содержание курса основаны на положениях нормативно-правовых актов Российской Федерации, в том числе:

- требованиях к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте;
- концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
- Федеральном законе «Об образовании»;
- Федеральном законе «О физической культуре и спорте»;

### **Учебный план**

На курс «Физическая культура» в 3 классе отводится 102 часа, по 3 часа в неделю. Третий час на преподавание предмета «Физическая культура» был введён приказом Минобрнауки России от 30 августа 2010 года №889.

## **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования ФГОС данная рабочая программа направлена на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

### *Личностные результаты:*

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

### *Метапредметные результаты:*

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
  - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничество;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

### *Предметные результаты:*

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуре для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, эмоциональное, интеллектуальное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умением организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (оздоровительные мероприятия, спортивные игры, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, координация движений, гибкость).

### **Содержание курса**

К концу учебного года учащиеся научатся:

- по разделу «Знания о физической культуре» - выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, удерживать дистанцию, темп и ритм, соблюдать личную гигиену, различать разные виды спорта, держать осанку;
- по разделу «Гимнастика с элементами акробатики» - строиться в шеренгу и колону, размыкаться на вытянутые в сторону руки, перестраиваться разведением в две колонны, выполнять повороты направо, налево, кругом, команды «Равняйся», «Смирно», «По порядку рассчитайся», «На первый-второй рассчитайся», «Шагом марш», «Бегом марш», различные перекаты, кувырок вперед, мост, стойка на лопатках, стойку на голове, вис на время, прыжки со скакалкой, в скакалку, вращение обруча, подтягивание на низкой перекладине из виса лёжа, проходить станции круговой тренировки, лазать перелезать по гимнастической стенке.
- по разделу «Лёгкая атлетика» - пробегать на скорость дистанцию 30м. с высокого старта, различные варианты эстафет, выполнять челночный бег 3x10м., беговую разминку, метание как на дальность, так и на точность, прыжки в длину с места и с разбега, высоту с прямого разбега, в высоту спиной вперёд.
- по разделу «Лыжная подготовка» - переносить лыжи по командам «На плечо», «Под рукой», выполнять ступающий и скользящий шаг с палками и без них, повороты переступанием с палками и без них, подъемна склон «полуёлочкой» с палками и без них, спуск под уклон в основной стойке с палками и без них, торможение падением, проходить дистанцию 1.5 км., кататься на лыжах «змейкой».
- по разделу «Подвижные и спортивные игры» - давать пас ногами и руками, выполнять передачи мяча через волейбольную сетку различными способами, вводить мяч из-за боковой, выполнять броски и ловлю мяча различными способами, выполнять футбольные упражнения, стойке баскетболиста, ведению мяча на месте, в движении, правой и левой рукой, участвовать в эстафетах, бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в подвижные игры: «Ловишка», «Ловишка с мешочком на голове», «Прерванные пятнашки», «Гуси-лебеди», «Горелки», «Колдунчики», «Мышеловка», «Салки». «Салки с

домиками», «Два мороза», «Волк во рву», «Охотник и зайцы», «Совушка», «Осада города», «Вышибалы», «Удочка», «Успей убрать», «Волшебные ёлочки», «Белки в лесу». Белочка защитница», «Бегуны и прыгуны», «Грибы шалуны», «Котел», «Охотники и утки», «Антивышибалы», «Забросай противника мячами», «Вышибалы через сетку», «Точно в цель», «Собачки», «Хвостики», «Бросай далеко, собирай быстрее», «День и ночь», выполнять ловлю и броски мяча в парах, ведение мяча правой и левой рукой, броски мяча через волейбольную сетку.

# ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

## 3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1	Знания о физической культуре	5	0	0	<a href="https://открытыйурок.рф/">https://открытыйурок.рф/</a> Фестиваль педагогических идей.
1.2	Легкая атлетика	4	2	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a> Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР).
Итого по разделу		9			
<b>Раздел 2. Способы физкультурной деятельности</b>					
2.1	Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьесформирующими физическими упражнениями	6	0	2	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a> Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР).
2.2	Самостоятельные развивающие подвижные игры и спортивные эстафеты	3	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a> Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР).
Итого по разделу		9			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					

<b>Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность</b>					
1.1	Специальные упражнения основной гимнастики	38	0	0	<a href="https://открытыйурок.рф/">https://открытыйурок.рф/</a> Фестиваль педагогических идей.
1.2	Игры и игровые задания	10	0	2	
Итого по разделу		48			
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность</b>					
2.1	Комбинации упражнений основной гимнастики	14	0	0	
2.2	Спортивные упражнения	12	0	4	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a> Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР).
2.3	Лёгкая атлетика	4	2	0	<a href="https://открытыйурок.рф/">https://открытыйурок.рф/</a> Фестиваль педагогических идей.
2.4	Подготовка к демонстрации полученных результатов	6	4	0	
Итого по разделу		36			
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>102</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	



## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 3 КЛАСС

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контроль ные работы	Практичес кие работы		
1	Инструктаж по ТБ на уроках лёгкой атлетики.	1	0	0	02.09.2024	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a> Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР).
2	Ходьба	1	0	0	03.09.2024	
3	Ходьба	1	0	0	04.09.2024	
4	Ходьба	1	0	0	09.09.2024	<a href="https://открытыйурок.рф/">https://открытыйурок.рф/</a> Фестиваль педагогических идей.
5	Прыжки	1	0	0	10.09.2024	
6	Прыжки	1	0	0	11.09.2024	
7	Прыжки	1	0	0	16.09.2024	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a> Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР).
8	Метание	1	0	0	17.09.2024	
9	Метание	1	0	0	18.09.2024	
10	Метание	1	0	0	23.09.2024	
11	ОРУ типа зарядки, беговые. Игра: «Космонавты». Линейные эстафеты с этапом	1	0	0	24.09.2024	

	до 40м.					
12	ОРУ типа зарядки, беговые. Игра: «Невод». Линейные эстафеты с этапом до 50м.	1	0	0	25.09.2024	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a> Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР).
13	ОРУ типа зарядки, беговые. Игра «Гуси-Лебеди». Подтягивание на перекладине из виса (м), лёжа (д) (техника).	1	1	0	30.09.2024	
14	ОРУ типа зарядки, беговые. Игра «Прыжки по полоскам». Линейные эстафеты с этапом до 60м.	1	0	0	01.10.2024	<a href="https://открытыйурок.рф/">https://открытыйурок.рф/</a> Фестиваль педагогических идей.
15	ОРУ типа зарядки, беговые. Игра «Удочка». Круговая эстафета.	1	0	0	02.10.2024	
16	ОРУ типа зарядки. Игры «Берег-море», «Верёвочка под ногами».	1	0	0	14.10.2024	
17	ОРУ типа зарядки, беговые. Игры «Птица в клетке», «Салки». Эстафеты с предметами.	1	0	0	15.10.2024	
18	ОРУ типа зарядки, беговые. Игры «Салки на одной ноге», «Берег-море». Прохождение полосы из 5-ти препятствий	1	0	0	16.10.2024	<a href="https://открытыйурок.рф/">https://открытыйурок.рф/</a> Фестиваль педагогических идей.

19	ОРУ типа зарядки, беговые. Игры «День и ночь», «Метко в цель». Эстафеты с предметами.	1	0	0	21.10.2024	
20	ОРУ типа зарядки, беговые. Игры «Вызов номеров», «Эстафеты зверей».	1	0	0	22.10.2024	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a> Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР).
21	ОРУ. Передачи в парах в беге, остановка мяча. Эстафеты с мячом.	1	0	0	23.10.2024	
22	ОРУ. Ведение мяча бегом правой и левой ногой по прямой и с изменением направления. Удары по воротам с 7 м. Эстафеты с мячом	1	0	0	28.10.2024	<a href="https://открытыйурок.рф/">https://открытыйурок.рф/</a> Фестиваль педагогических идей.
23	ОРУ. Ведение мяча бегом правой и левой ногой по прямой и с изменением направления. Передачи в парах в беге, остановка мяча.	1	0	0	29.10.2024	
24	Техника выполнения гимнастических упражнений общей разминки	1	0	0	30.10.2024	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a> Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР).
25	ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди в	1	0	0	04.11.2024	

	движении. Игра «Гонка мячей».					
26	ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении. Ведение в ходьбе и беге с низким отскоком	1	0	0	05.11.2024	
27	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу. Ведение в ходьбе и беге правой и левой рукой. Игра в мини-баскетбол по упрощённым правилам.	1	0	0	06.11.2024	<a href="https://открытыйурок.рф/">https://открытыйурок.рф/</a> Фестиваль педагогических идей.
28	ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении. Ведение в ходьбе и беге со средним отскоком. Игра «Гонка мячей».	1	0	0	11.11.2024	
29	Основы теоретических знаний: название гимнастических снарядов. Строевые упражнения: ОРУ.Кувырок вперёд; кувырок назад; перекатом назад стойка на лопатках	1	0	0	12.11.2024	
30	Основы теоретических знаний: название гимнастических снарядов. Кувырок вперёд; кувырок назад; перекатом назад стойка на лопатках.	1	0	0	13.11.2024	<a href="https://открытыйурок.рф/">https://открытыйурок.рф/</a> Фестиваль педагогических идей.

31	Кувырок вперёд; кувырок назад; перекатом назад стойка на лопатках. Игра «Что изменилось?»	1	0	0	25.11.2024	
32	Кувырок вперёд; кувырок назад; перекатом назад стойка на лопатках, мост с помощью. Игра «Точный поворот».	1	0	0	26.11.2024	
33	Кувырок вперёд; кувырок назад; перекатом назад стойка на лопатках, мост с помощью. Игра «Быстро по местам».	1	0	0	27.11.2024	<a href="https://открытыйурок.рф/">https://открытыйурок.рф/</a> Фестиваль педагогических идей.
34	Кувырок вперёд; кувырок назад; перекатом назад стойка на лопатках, мост с помощью. Игра «Быстро по местам».	1	0	0	02.12.2024 <a href="https://открытыйурок.рф/">https://открытыйурок.рф/</a> Фестиваль педагогических идей.	
35	ОРУ с гимнастической палкой. Вис на согнутых руках, согнув ноги. Игра «Не ошибись».	1	0	0	03.12.2024	
36	Вис на согнутых руках, согнув ноги. Игра «Посадка картофеля».	1	0	1	04.12.2024	
37	ОРУ с гимнастической палкой. Вис на согнутых руках, согнув ноги. Игра	1	0	0	09.12.2024	

	«Посадка картофеля».					
38	ОРУ с предметами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в висе, подтягивание в висе. Игра «Три движения».	1	0	0	10.12.2024	<a href="https://открытыйурок.рф/">https://открытыйурок.рф/</a> Фестиваль педагогических идей.
39	ОРУ с предметами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в висе, подтягивание в висе. Игра «Три движения».	1	0	1	11.12.2024	
40	На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в висе, подтягивание в висе. Игра «Три движения».	1	0	0	16.12.2024	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a> Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР).
41	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре стоя, в упоре стоя на коленях, на животе подтягиваясь руками. Игра «Прокати быстрее мяч».	1	0	0	17.12.2024	
42	ОРУ в движении. Перелазание через препятствия.	1	0	1	18.12.2024	
43	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре стоя, в упоре стоя на коленях, на животе подтягиваясь	1	0	0	23.12.2024	

	руками.					
44	ОРУ в движении. Вскок на козла в упор стоя на коленях и соскок взмахом рук. Игра «Лисы и куры».	1	0	0	24.12.2024	
45	ОРУ в движении. Ходьба по бревну. Вскок на козла в упор стоя на коленях и соскок взмахом рук. Игра «Лисы и куры».	1	0	1	25.12.2024	
47	Инструктаж по ТБ на занятиях спорт. играми. ОРУ типа зарядки. Ловля мяча двумя руками. Третья передача через сетку	1	0	1	31.12.2024	
48	: ОРУ типа зарядки. Броски одной, двумя руками через сетку с расстояния 7-8 м. стоя в шеренге. Игра пионербол по упрощённым правилам.	1	0	0	13.01.2025	
49	ОРУ типа зарядки. Броски мяча двумя руками. Третья передача через сетку. Игра пионербол по упрощённым правилам.	1	0	1	14.01.2025	
50	Инструктаж по ТБ.	1	1	0	15.01.2025	

	Ступающий и скользящий шаг. Прохождение дистанции до 500м в медленно темпе					
51	Переноска и надевание лыж. Ступающий и скользящий шаг. Прохождение дистанции до 800м в медленном темпе.	1	0	0	20.01.2025	
52	Повороты переступанием. Ступающий и скользящий шаг.  Попеременный двухшажный ход	1	0	0	21.01.2025	
53	Повороты переступанием. Ступающий и скользящий шаг.  Попеременный двухшажный ход.	1	0	0	22.01.2025	
54	Прохождение дистанции до 1000м в умеренном темпе.  Попеременный двухшажный ход.	1	0	0	27.01.2025	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a> Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР).
55	Прохождение дистанции до 1000м в умеренном темпе. Линейные эстафеты без палок с этапом до 50м.	1	0	0	28.01.2025	
56	Подъёмы «лесенкой» и «ёлочкой», спуски с пологих	1	0	0	29.01.2025	



	склонов. Попеременный двухшажный ход.					
57	Подъёмы «лесенкой» и «ёлочкой», спуски с пологих склонов. Попеременный двухшажный ход.	1	0	0	03.02.2025	
58	Подъёмы «лесенкой» и «ёлочкой», спуски с пологих склонов. Попеременный двухшажный ход.	1	0	0	04.02.2025	
59	Подъёмы «лесенкой» и «ёлочкой», спуски с пологих склонов. Попеременный двухшажный ход.	1	0	0	05.02.2025	
60	Передвижения попеременным двухшажным ходом. Торможение упором	1	0	0	10.02.2025	
61	Прохождение дистанции до 1000м. Игры эстафеты со спусками и подъёмами. Торможение.	1	0	0	11.02.2025	
62	Прохождение дистанции до	1	0	0	12.02.2025	

	1000м. Игры эстафеты со спусками и подъёмами. Торможение.					
63	Встречные эстафеты. Игры эстафеты со спусками и подъёмами.	1	0	1	24.02.2025	
64	Подъём ступающим шагом. Встречные эстафеты. Прохождение дистанции до 1000м в соревновательном темпе.	1	0	0	25.02.2025	
65	Игры-эстафеты со спусками и подъёмами. Прохождение дистанции до 1000м.	1	0	0	26.02.2025	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a> Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР).
66	Круговые эстафеты. Игра «Слалом».	1	0	0	03.03.2025	
67	Прохождение дистанции до 1000м с применением изученных ранее ходов, спусков и подъёмов.	1	0	1	04.03.2025	
68	Прохождение дистанции до 1000м. Игра «Кто самый быстрый».	1	0	0	05.03.2025	
69	Прохождение дистанции до 1500м с применением изученных ранее ходов, спусков и подъёмов.	1	0	0	10.03.2025	

70	Прохождение дистанции до 2,5 км.	1	0	0	11.03.2025	
71	ОРУ с мячами. Игры «Западня», «Салки».	1	0	0	12.03.2025	
72	ОРУ с мячами. Игры «Послушный мяч», «Гонка мячей».	1	0	0	17.03.2025	
73	ОРУ с мячами. Ловля и передачи в движении, в кругу, квадрате. Игры «Послушный мяч», «Гонка мячей».	1	0	0	18.03.2025	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a> Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР).
74	ОРУ с мячами. Ловля и передачи в движении, по кругу, квадрате. Игры «Гонка мячей», «Передал-садись»	1	0	0	19.03.2025	
75	ОРУ с мячами. Ловля и передачи в движении, по кругу, квадрате. Игры «Конверт», «Передал-садись».	1	0	0	24.03.25	
76	ОРУ с мячами. Броски по воротам с места с 6-7м. Броски в кольцо двумя руками от груди. Игры «Конверт», «Мяч среднему».	1	0	0	25.03.25	
77	ОРУ с мячами. Броски по воротам с места с 6-7м. Броски в кольцо двумя руками от	1	0	0	26.03.25	

	грудь. Эстафеты с мячами. Прыжки через скакалку.					
78	ОРУ с мячами. ОРУ с мячами. Эстафеты с мячами. Прыжки через скакалку.	1	1	0	31.03.25	
79	ОРУ с мячами. Игра в мини-баскетбол, мини-гандбол по упрощённым правилам.	1	0	0	01.04.25	
80	ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Два мороза». Круговая эстафета с этапом до 100м	1	0	0	02.04.25	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a> Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР).
81	ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Два мороза». Круговая эстафета с этапом до 100м	1	0	0	14.04.25	
82	ОРУ. Игры «Салки», «Прыгуны и пятнашки». Круговая эстафета с этапом до 100м.	1	0	0	15.04.25	
83	ОРУ. Игры «Невод», «Метко в цель». Круговая эстафета с этапом до 150м.	1	0	0	16.04.25	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a> Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР).
84	ОРУ. Игры «Прыжки по полоскам», «Два мороза».	1	0	1	21.04.25	

	Круговая эстафета с этапом до 100м.					
85	ОРУ. Игры «Вызов номера», «Лисы и куры». Круговая эстафета с этапом до 200м.	1	0	1	22.04.25	<a href="https://открытыйурок.рф/">https://открытыйурок.рф/</a> Фестиваль педагогических идей.
86	ОРУ. Разновидности ходьбы. Бег до 30м с максимальной скоростью.	1	0	0	23.04.25	
87	ОРУ. Спец. беговые упр-я. Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег до 60м с максимальной скоростью.	1	0	0	28.04.25	
88	ОРУ. Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег до 30, 60м с максимальной скоростью.	1	0	0	29.04.25	
89	ОРУ. Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Чередование бега и ходьбы.	1	0	0	29.04.25	<a href="https://открытыйурок.рф/">https://открытыйурок.рф/</a> Фестиваль педагогических идей.
90	ОРУ. Разновидности ходьбы. Челночный бег. Прыжки в длину с места. Игра «Волк во рву».	1	0	0	29.04.25	
91	ОРУ. Разновидности ходьбы. Челночный бег. Прыжки в длину с 3-5 шагов разбега. Игра «Волк во рву».	1	1	0	30.04.25	

92	ОРУ. Разновидности ходьбы. Тройной прыжок с места. Прыжки в длину с 4-5 шагов разбега. Игра «Волк во рву».	1	1	0	05.05.25	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a> Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР).
93	ОРУ. Разновидности ходьбы. Прыжок в высоту. Прыжки в длину с 4-5 шагов разбега. Игра «Волк во рву».	1	0	0	06.05.25	
94	ОРУ. Разновидности ходьбы. Прыжок в высоту. Прыжки в длину с 4-5 шагов разбега. Игра «Резиночка». Метание мяча в цель.	1	0	0	06.05.25	
95	ОРУ. Метание малого мяча в горизонтальную цель с расстояния 5-7м.	1	0	0	07.05.25	
96	ОРУ. Метание малого мяча в вертикальную цель с расстояния 5-7м.  Метание набивного мяча.	1	0	0	12.05.25	
97	ОРУ. Ловля и передача. Ведение шагом и бегом правой и левой рукой. Игра в мини-баскетбол.	1	1	0	13.05.25	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a> Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР).
98	ОРУ. Ловля и передача. Ведение шагом и бегом правой и левой рукой. Игра в	1	0	0	14.05.25	

	мини-баскетбол.					
99	ОРУ. Ловля мяча в парах, тройках через сетку. Игра пионербол.	1	1	0	19.05.25	
100	ОРУ. Ловля мяча в парах тройках через сетку. Игра пионербол.	1	1	0	20.05.25	
101	ОРУ. Ведение мяча с изменением направления правой и левой ногой, передачи в парах, удары по воротам с 7 м. Эстафета.	1	0	0	21.05.25	
102	ОРУ. Ведение мяча с изменением направления правой и левой ногой, передачи в парах, удары по воротам с 7 м. Игра в мини-футбол.	1	0	0	26.05.25	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a> Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР).
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	8	8		

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

- Физическая культура, 3 класс/лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение» 2021

В.И. Лях. Физическая культура. 1-4 классы: учебник для общеобразовательных учреждений/

**В.И. Лях.** – М.: Акционерное общество «Издательство «Просвещение» 2021

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

А.Ю. Патрикеев. Поурочные разработки по физической культуре к УМК В.И. Ляха 3 класс («Школа России») – М.: «ВАКО», 2015

## **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ**

### **ИНТЕРНЕТ**

<http://school-collection.edu.ru> Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР).

<https://открытыйурок.рф/> Фестиваль педагогических идей.