

**Тематическое планирование по физической культуре
для учащихся- 3-х классов**

№ урока	Тема урока	Кол- во часов	Дата проведения		примечания
			планируемая	фактическая	
1	Легкая атлетика 15ч Инструктаж по ТБ. Ходьба и бег	1			
2	Бег на ускорение 30 м.	1			
3	Бег с ускорением 30м на результат	1			
4	Бег с ускорением 60м	1			
5	Бег с ускорением 60м на результат	1			
6	Бег в умеренном темпе	1			
7	Равномерный бег. Челночный бег 4x9м.	1			
8	Метание малого мяча в горизонтальную цель.	1			
9	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель.	1			
10	Метание малого мяча в горизонтальную цель на результат	1			
11	Прыжки в длину с места (отталкивание)	1			
12	Прыжки в длину с места (приземление)	1			
13	Прыжки в длину с места на результат	1			
14	Равномерный бег	1			
15	Развитие выносливости	1			
16	Гимнастика 10ч Инструктаж по Т.Б. Строевые упражнения.	1			
17	Строевые упражнения. Перестроения.	1			
18	Акробатика. Кувырок вперед, назад.	1			
19	Акробатика. Стойка на лопатках.	1			
20	Акробатика. Строевые упражнения.	1			
21	Висы. Подтягивание в висе на высокой перекладине и низкой перекладине.	1			

22	Акробатика. Сочетание ранее изученных элементов.	1			
23	Развитие координационных способностей. Прыжки со скакалкой.	1			
24	Лазание. Развитие координационных способностей.	1			
25	Подвижные игры 10ч <u>Инструктаж по ТБ.</u>	1			
26	ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно- силовых способностей.	1			
27	ОРУ. Игры: «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты.	1			
28	ОРУ. Игры: «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты.	1			
29	ОРУ. Игры: «Посадка картошки», «Попади в мяч», «Веревочка под ногами», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых способностей.	1			
30	ОРУ в движении. Игра: «Прыгающий воробей», Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно- силовых способностей.	1			
31	ОРУ в движении. Игра: «Прыгающий воробей», Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно- силовых способностей.	1			
32	ОРУ в движении. Игра: «Лиса и куры», «Точный расчет», «Прыгающий воробей», Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно- силовых способностей.	1			
33	ОРУ в движении. Игра: «Лиса и куры», «Точный расчет», «Прыгающий воробей», Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно- силовых способностей.	1			
34	ОРУ в движении. Игра: «Лиса и куры», «Точный расчет». Развитие скоростно- силовых способностей.	1			

35	Подвижные игры на основе баскетбола 18ч Инструктаж по ТБ	1			
36	Стойки и перемещения игрока на месте и в движении.	1			
37	Ловля и передача мяча на месте в движении.	1			
38	Ведение мяча на месте правой и левой рукой.	1			
39	Ведение мяча в движении правой рукой и левой рукой . Эстафеты.	1			
40	Ведение мяча в движении правой и левой рукой. Встречная эстафета.	1			
41	Броски мяча от плеча на месте и в движении.	1			
42	Броски мяча от груди двумя руками на месте.	1			
43	Подвижные игры на основе баскетбола	1			
44	Ведения мяча в движении с изменением направления движения.	1			
45	Штрафной бросок. Подвижные игры.	1			
46	Штрафной бросок. Эстафеты.	1			
47	Ведения мяча в движении правой и левой рукой с изменением направления движения.	1			
48	Ведения мяча в движении с изменением направления движения и броски мяча в кольцо.	1			
49	Броски мяча от плеча на месте.	1			
50	Броски мяча от плеча в движении.	1			
51	Броски мяча от плеча на месте и в движении.	1			
52	Подвижные игры на основе баскетбола.	1			
53	Легкая атлетика15ч Инструктаж по Т.Б. Бег ходьба	1			
54	Равномерный бег. Челночный бег 4x9м.	1			
55	Прыжок в длину с места (отталкивание).	1			
56	Прыжки в длину с места (приземление)	1			
57	Прыжок в длину с места на результат.	1			
58	Специально беговые упражнения.	1			
59	Бег на выносливость.	1			

60	Метание теннисного мяча в вертикальную цель	1			
61	Метание теннисного мяча в вертикальную и горизонтальную цель	1			
62	Метание теннисного мяча в вертикальную цель на результат	1			
63	Бег с ускорением 30м	1			
64	Бег с ускорением 30м. на результат.	1			
65	Бег с ускорением 60м	1			
66	Бег с ускорением 60м на результат.	1			
67	Развитие скоростно-силовых способностей	1			
68	Итоговое занятие. Подведение итогов.	1			