

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Владиславовская общеобразовательная школа»
Кировского района Республики Крым**

РАССМОТРЕНО

на заседании МО
учителей начальных
классов

Руководитель МО

 Гамова А.В.

Протокол № 1

от 29.08.2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
учебно-воспитательной
работе МБОУ

"Владиславовская ОШ"

 Мелеховская Г.Г.

от 29.08.2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

И. о. директора МБОУ

"Владиславовская ОШ"

 Погосян Д. А.

Приказ № 149-о от

29.08.2025 г.



КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Физическая культура

3-Б класс

Количество часов: **68 (2 часа в неделю)**

Срок реализации программы: **2025-2026 учебный год**

Составитель:

Балуева Екатерина Ивановна,

учитель начальных классов,

специалист первой квалификационной
категории

Рассмотрено

на заседании педагогического совета

МБОУ "Владиславовская ОШ"

Протокол от 29.08.2025 г. № 13

2025 год

№ урока	Наименование разделов и тем уроков	Количество во часов	Дата проведения	
			план	факт
1	Физическая нагрузка: определение и влияние на физическое развитие. Гармоничное развитие. Методика проведения контрольных измерений	1	03.09	
2	Классификация физических упражнений. Роль гимнастики в физическом развитии и физическом совершенствовании	1	05.09	
3	Подводящие упражнения и их назначение	1	10.09	
4	Правила дыхания в воде при плавании	1	12.09	
5	Техника выполнения согласования двигательных действий при плавании	1	17.09	
6	Виды спортивных стилей плавания	1	19.09	
7	Техника спортивных стилей плавания	1	24.09	
8	Составление комплексов и демонстрация техники выполнения гимнастических упражнений из общей разминки, из партерной разминки и разминки у опоры	1	26.09	
9	Техника выполнения танцевальных движений	1	01.10	
10	Физическая нагрузка в гимнастических упражнениях	1	03.10	
11	Техника выполнения физических упражнений для формирования навыков плавания	1	08.10	
12	Методика моделирования комбинаций гимнастических упражнений	1	10.10	
13	Составление правил новых игр и спортивных эстафет. Самостоятельная организация игр (спортивных эстафет) и игровых заданий. Оценивание правил безопасности в процессе выполняемой игры	1	15.10	
14	Строевые команды: построения, перестроения	1	17.10	
15	Методика контроля правильного выполнения упражнений при увеличении нагрузки. Выполнение освоенных гимнастических упражнений с постепенным увеличением нагрузки	1	22.10	
16	Практика применения методики измерения пульса при увеличении нагрузки; техники дыхания при выполнении упражнений; методики контроля осанки	1	24.10	
17	Техника выполнения гимнастических упражнений общей разминки	1	05.11	
18	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки	1	07.11	
19	Техника выполнения гимнастических упражнений разминки у опоры	1	12.11	
20	Техника выполнения акробатических упражнений	1	14.11	
21	Техника выполнения упражнений с гимнастическими предметами	1	19.11	
22	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений для укрепления мышц стопы,	1	21.11	

	для укрепления мышц ног			
23	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений для укрепления мышц брюшного пресса, мышц спины, для развития гибкости позвоночника	1	26.11	
24	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений для укрепления мышц рук, мышц плечевого пояса	1	28.11	
25	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений для развития подвижности голеностопного сустава, тазобедренного сустава	1	03.12	
26	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений для развития подвижности плечевого сустава	1	05.12	
27	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений для развития эластичности мышц ног, подвижности коленного сустава	1	10.12	
28	Составление комплекса и демонстрация выполнения упражнений с гимнастическими предметами для развития координационно-скоростных способностей. Составление комплекса и демонстрация выполнения акробатических упражнений для развития координационно-скоростных способностей	1	12.12	
29	Составление комплекса и демонстрация выполнения танцевальных шагов для развития координационно-скоростных способностей	1	17.12	
30	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений общей, партерной разминки, разминки у опоры для развития координационно-скоростных способностей	1	19.12	
31	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений в подвижных играх для развития координационно-скоростных способностей	1	24.12	
32	Техника выполнения строевого и походного шага. Построения и перемещения по команде	1	26.12	
33	Выполнение нормативов ГТО, тестовых заданий на гибкость и координационно-скоростные способности	1		
34	Игровые задания на выполнение физических упражнений	1		
35	Построения и перестроения в шеренги, повороты в строю. Перемещения с помощью танцевальных движений	1		
36	Акробатические упражнения для перемещений	1		
37	Игры с выталкиванием	1		
38	Игры с теснением соперника, упираясь в грудь рукой, сидя спина к спине, ноги в упор	1		
39	Игры в перетягивания соперника в свою сторону	1		
40	Игры за овладение у соперника предметом одной рукой, двумя руками	1		
41	Игры на устойчивость	1		

42	Туристическая игры «Пройди по бревну», «Сквозь бурелом». Игровое задание: собери рюкзак в поход	1		
43	Техника выполнения серии поворотов на девяносто и сто восемьдесят градусов	1		
44	Техника выполнения специальных упражнений: прыжки	1		
45	Техника выполнения прыжков через скакалку	1		
46	Общеразвивающие, музыкально-сценические, ролевые игры с использованием гимнастических предметов	1		
47	Спортивные игры и эстафеты с использованием гимнастических предметов	1		
48	Техника выполнения бега вперед, назад, челночного бега для развития координации и ловкости	1		
49	Бег на скорость (30 м) и подготовка к сдаче норм ГТО	1		
50	Составление комбинаций танцевальных шагов и элементов танцевальных движений. Демонстрация комбинации упражнений с использованием танцевальных шагов и элементов	1		
51	Техника выполнения упражнений общефизической подготовки на развитие силы мышц	1		
52	Техника выполнения упражнений общефизической подготовки на развитие координационно-скоростных способностей	1		
53	Техника выполнения упражнений на силу, гибкость, координационно-скоростные способности по специализации вида спорта	1		
54	Проектная деятельность по подготовке личного выступления	1		
55	Проектная деятельность по подготовке группового упражнения	1		
56	Моделирование тестовых упражнений для определения динамики развития гибкости	1		
57	Моделирование тестовых упражнений для определения динамики развития координационно-скоростных способностей	1		
58	Освоение и демонстрация техники формирования навыков плавания, дыхания в воде	1		
59	Освоение и демонстрация техники стилей спортивного плавания	1		
60	Методика оценки изменений показателей скорости при плавании на определенное расстояние	1		
61	Техника выполнения упражнений для сдачи норм ГТО (по возрасту)	1		
62	Техника выполнения упражнений для сдачи нормативов на гибкость	1		
63	Туристические игры для тренировки координационных способностей, ловкости, точности, координации движений	1		
64	Игровые задания на проложение маршрута туристического похода на карте местности, по сбору рюкзака для	1		

	туристического похода			
65	Контрольно-тестовые упражнения	1		
66	Демонстрация группового показательного выступления	1		
67	Техника выполнения упражнений ГТО II ступени на координационно-скоростные способности: прыжок в длину с места толчком с двух ног; метание мяча в заданную плоскость	1		
68	Демонстрация навыков и умений соревновательной деятельности. Демонстрация навыков и умений в итоговых показательных упражнениях	1		

Учитель Балуева Е.И.

[illegible]