ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ для 3 класса

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Виды, формы контроля | Тема урока | Количество часов | | | Виды, формы контроля | Дата/класс | Дата/класс | Дата/класс | Дата/класс | Дата/класс | Гладуш Александра  3а | Радьков Матвей  3б | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
| всего | контрольные работы | практические работы | 3а | 3б | 3г3в | 3д | 3е |  |  |  |
| 1 | Модуль «Знания о физической культуре». ТБ на уроках легкой атлетике.Физическая культура у древних народов. Спортивная ходьба. | 1 | 0 | 1 | Практическая  работа | 05.09 | 03.09 | 03-.09 | 04.09 | 04.09 | 02.09 | 02.09 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 2 | Модуль «Знания о физической культуре».Спортивная ходьба по кругу . | 1 | 0 | 1 | Зачет | 06.09 | 05.09 | 04.09 | 06.09 | 05.09 | 06.09 | 03.09 | http://www.uchportal.ru |
| 3 | Модуль «Знания о физической культуре». Бег с ускорением на короткую дистанцию . Виды физических упражнений . | 1 | 0 | 1 | Практическая  работа | 12.09 | 10.09 | 10.09 | 11.09 | 12.09 | 09.09 | 09.09 | http://fcior.edu.ru/ http://www.it-n.ru |
| 4 | Модуль «Лёгкая атлетика». Бег с ускарением на короткую дистанцию 30м . Измерение пулса на занятиях физической культурой. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 13.09 | 12.09 | 11.09 | 13.09 | 13.09 | 13.09 | 10.09 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 5 | Модуль «Лёгкая атлетика». Дозировка физических нагрузок при беге на короткую дистанцию . Бег 30м | 1 | 0 | 1 | Практическая  работа | 19.09 | 17.09 | 17.09 | 18.09 | 18.09 | 16.09 | 16.09 | http://www.uchportal.ru |
| 6 | Модуль «Лёгкая атлетика». Бег 30м .Эстафеты .Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств быстроты . | 1 | 0 | 1 | Зачет | 20.09 | 19.09 | 18.09 | 20.09 | 15.09 | 20.09 | 17.09 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 7 | Модуль «Лёгкая атлетика Беговые упражнения с координационной сложностью. Закаливание организма под душем . | 1 | 0 | 1 | Практическая  работа | 26.09 | 24.09 | 24.09 | 25.09 | 25.09 | 23.09 | 23.09 | http://www.uchportal.ru |
| 8 | Модуль «Лёгкая атлетика».  Дыхательная зрительная гимнастика .Беговые упражнения с координационной сложностью | 1 | 0 | 1 | Зачет | 27.09 | 26.09 | 25.09 | 27.09 | 26.09 | 27.09 | 24.09 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 9 | Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжок в длину с разбега. Строевые команды и упражнения. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 03.10 | 01.10 | 01.10 | 02.10 | 02.10 | 30.09 | 30.09 | http://www.uchportal.ru |
| 10 | . Модуль «Лёгкая атлетика». Строевые команды и упражнения. Прыжок в длину с разбега. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 04.10 | 03.10 | 02.10 | 04.10 | 03.10 | 04.10 | 01.10 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 11 | Модуль «Лёгкая атлетика». Челночный бег. Подвижные игры и эстафеты. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 10.10 | 08.10 | 08.10 | 09.10 | 10.10 | 07.10 | 07-10 | http://www.uchportal.ru |
| 12 | Модуль «Лёгкая атлетика». Челночный бег. Подвижные игры и эстафеты. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 11.10 | 10.10 | 09.10 | 11.10 | 11.10 | 11.10 | 08-10 | http://fcior.edu.ru/ http://www.it-n.ru |
| 13 | Модуль «Лёгкая атлетика».  Метание малого мяча на дальность. Эстафеты. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 17.10 | 15.10 | 15.10 | 16.10 | 17.10 | 14.10 | 14.10 | http://www.uchportal.ru |
| 14 | Модуль «Физическая подготовка»  Метание малого мяча на дальность. Эстафеты с метанием мяча. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 18.10 | 17.10 | 16.10 | 18.10 | 18.10 | 18.10 | 15.10 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 15 | Модуль «Физическая подготовка» Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО .Прыжок в длину с места. Эстафеты. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 24.10 | 22.10 | 22.10 | 23.10 | 24.10 | 21.10 | 21.10 | http://fcior.edu.ru/ http://www.it-n.ru |
| 16 | Модуль «Физическая подготовка» Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО . Прыжок в длину с места . Эстафеты . | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 25.10 | 24.10 | 23. 210 | 5.10 | 25.10 | 25.10 | 22.10 | http://www.uchportal.ru |
| 17 | Модуль "Гимнастика с основами акробатики". ТБ на уроках гимнастики . Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 07.11 | 07.11 | 06.11 | 06.11 | 06.11 | 08.11 | 11.11 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 18 | Модуль "Гимнастика с основами акробатики".Прыжки через скакалку . Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 08.11 | 12.11 | 12.11 | 08.11 | 07.11 | 11.11 | 12.11 | http://fcior.edu.ru/ http://www.it-n.ru |
| 19 | . Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатическая комбинация. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 14.11 | 14.11 | 13.11 | 13.11 | 13.11 | 15.11 | 18.11 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 20 | Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатическая комбинация. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 15.11 | 19.11 | 19.11 | 15.11 | 14.11 | 18.11 | 19.11 | http://fcior.edu.ru/ http://www.it-n.ru |
| 21 | . Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Передвижение по гимнастической скамейке. Танцевальные упражнения из танца галоп. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 21.11 | 21.11 | 20.11 | 20.11 | 20.11 | 22.11 | 25.11 | http://fcior.edu.ru/ http://www.it-n.ru |
| 22 | . Модуль "Гимнастика с основами акробатики". .Танцевальные упражнения из танца галоп . Передвижение по гимнастической скамейке. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 22.11 | 26.11 | 26.11 | 22.11 | 21.11 | 25.11 | 26.11 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 23 | Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Передвижения по гимнастической стенке. Упражнения для формирования правильной осанки. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 28.11 | 28.11 | 27.11 | 27.11 | 27.11 | 29.11 | 02.12 | http://fcior.edu.ru/ http://www.it-n.ru |
| 24 | Модуль "Гимнастика с основами акробатики" Упражнения для формирования правильной осанки . Передвижение по гимнастической стенке. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 29.11 | 03.12 | 03.12 | 29.11 | 28.11 | 02.12 | 03.12 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 25 | Модуль "Гимнастика с основами акробатики "Упражнение на гимнастической перекладине. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 05.12 | 05.12 | 04.12 | 04.12 | 04.12 | 06.12 | 09.12 | http://fcior.edu.ru/ http://www.it-n.ru |
| 26 | Модуль "Гимнастика с основами акробатики" Упражнение на гимнастической перекладине. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 06.12 | 10.12 | 10.12 | 06.12 | 05.12 | 09.12 | 10.12 | http://www.uchportal.ru |
| 27 | Модуль "Гимнастика с основами акробатики" Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 12.12 | 12.12 | 11.12 | 11.12 | 11.12 | 13.12 | 16.12 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 28 | Модуль "Гимнастика с основами акробатики" Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине . | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 13.12 | 17.12 | 17.12 | 13.12 | 12.12 | 16.12 | 17.12 | http://fcior.edu.ru/ http://www.it-n.ru |
| 29 | Модуль "Гимнастика с основами акробатики" Поднимание туловища из положения лежа на спине . Освоение правил и технике выполнения норматива комплекса ГТО Лазанье по канату. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 19.12 | 19.12 | 18.12 | 18.12 | 16.12 | 20.12 | 23.12 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 30 | Модуль «Физическая подготовка»  Поднимание туловища из положения лежа на спине. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО Лазанье по канату . | 1 | 0 | 1 | Практическая работа http://www.uchportal.ru | 20.12 | 24.12 | 24.12 | 20.12 | 17.12 | 23.12 | 24.12 | http://www.uchportal.ru |
| 31 | Модуль «Физическая подготовка»  Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке. Освоение правил и техники выполнения норм. Комплекса ГТО. Подвижные игры. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 26.12 | 26.12 | 25.12 | 25.12 | 25.12 | 27.12 | 30.12 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 32 | Модуль «Физическая подготовка» освоение Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейки . Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подвижные игры. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 27.12 | 09.01 | 14.01 | 27.12 | 26.12 | 30.12 | 13.01 | http://fcior.edu.ru/ http://www.it-n.ru |
| 33 | Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см . Освоение правил и технике выполнения норматива комплекса ГТО. Эстафеты. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 09.01 | 14.01 | 15.01 | 10.01 | 09.01 | 10.01 | 14.01 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 34 | Модуль "Подвижные и спортивные игры". Игры для развития внимания и ловкости. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Эстафеты. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 10.01 | 16.01 | 21.01 | 15.01 | 15.01 | 13.01 | 20.01 | http://www.uchportal.ru |
| 35 | Модуль "Подвижные и спортивные игры". .Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики . Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 16.01 | 21.01 | 22.01 | 17.01 | 16.01 | 17.01 | 21.01 | http://fcior.edu.ru/ http://www.it-n.ru |
| 36 | Модуль "Подвижные и спортивные игры". .Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО .Подтягивание из виса на высокой перекладине- мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 17.01 | 23.01 | 28.01 | 22.01 | 22.01 | 20.01 | 27.01 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 37 | Модуль "Подвижные и спортивные игры". ТБ на уроках спортивные и подвижные игры. Закаливающие процедуры . Броски набивного мяча двумя руками из за головы на дальность.. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 23.01 | 28.01 | 29.01 | 24.01 | 23.01 | 24.01 | 28.01 | http://www.uchportal.ru |
| 38 | Модуль "Подвижные и спортивные игры". Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Закаливающие процедуры. Броски набивного мяча. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 24.01 | 30.01 | 04.02 | 29.01 | 30.01 | 27.01 | 03.02 | http://fcior.edu.ru/ http://www.it-n.ru |
| 39 | Модуль "Подвижные и спортивные игры".  Подвижные игры с элементами спортивных игр. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 30.01 | 04.02 | 05.02 | 31.01 | 31.01 | 31.01 | 04.02 | http://www.uchportal.ru |
| 40 | Модуль "Подвижные и спортивные игры" .Эстафеты с элементами подвижных игр. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 31.01 | 06.02 | 11.02 | 05.02 | 05.02 | 03.02 | 10.02 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 41 | Модуль "Подвижные и спортивные игры".  Спортивная игра Баскетбол. Правила игры. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 06.02 | 11.02 | 12.02 | 07.02 | 06.02 | 07.02 | 11.02 | http://fcior.edu.ru/ http://www.it-n.ru |
| 42 | Модуль "Подвижные и спортивные игры".  Броски мяча в парах. Спортивная игра баскетбол. ТБ на уроках баскетбола. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 07.02 | 13.02 | 18.02 | 12.02 | 12.02 | 10.02 | 17.02 | http://www.uchportal.ru |
| 43 | Модуль "Подвижные и спортивные игры". Ведение баскетбольного мяча Ловля и передача мяча двумя руками . | 1 | 0 | 1 | Зачет | 13.02 | 18.02 | 19.02 | 14.02 | 13.02 | 14.02 | 18.02 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 44 | Модуль "Подвижные и спортивные игры". Ловля и передача мяча двумя руками .Ведение баскетбольного мяча. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 14.02 | 20.02 | 25.02 | 19.02 | 19.02 | 17.02 | 24.02 | http://fcior.edu.ru/ http://www.it-n.ru |
| 45 | Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры с приемами баскетбола. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 20.02 | 25.02 | 26.02 | 21.02 | 20.02 | 21.02 | 25.02 | http://www.uchportal.ru |
| 46 | Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры с приемами баскетбола. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 21.02 | 27.02 | 04.03 | 26.02 | 26.02 | 28.02 | 03.03 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 47 | Модуль "Подвижные и спортивные игры". ТБ на уроках Волейбола. Правила игры. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 27.02 | 04.03 | 05.03 | 28.02 | 27.02 | 03.03 | 04.03 | http://www.uchportal.ru |
| 48 | Модуль "Подвижные и спортивные игры". Спортивная игра волейбол. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 28.02 | 06.03 | 11.03 | 05.03 | 05.03 | 07.03 | 10.03 | http://fcior.edu.ru/ http://www.it-n.ru |
| 49 | Модуль «Физическая подготовка»  Прямая нижняя подача прием и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 06.03 | 11.02 | 12.03 | 07.03 | 06.03 | 10.03 | 11.03 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 50 | Модуль «Физическая подготовка»  Прием и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 07.03 | 13.03 | 18.03 | 12.03 | 12.03 | 14.03 | 17.03 | http://www.uchportal.ru |
| 51 | Модуль «Физическая подготовка»  Броски мяча о стенку двумя руками . Игра по упрощенным правилам . | 1 | 0 | 1 | Зачет | 13.03 | 18.03 | 19.03 | 14.03 | 13.03 | 17.03 | 18.03 | http://fcior.edu.ru/ http://www.it-n.ru |
| 52 | Модуль «Физическая подготовка»  Броски мяча о стенку двумя руками . Игра по упращенным правилам. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 14.03 | 20.03 | 01.04 | 19.03 | 19.03 | 21.03 | 01.04 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 53 | Модуль «Лёгкая атлетика». Правила ТБ на уроках Легкая атлетика. Здоровье и ЗОЖ . ГТО в наше время. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 20.03 | 03.04 | 02.04 | 21.03 | 20.03 | 04.04 | 07.04 | http://www.uchportal.ru |
| 54 | Модуль «Лёгкая атлетика». Правила Здоровье и ЗОЖ . ГТО в наше время. Беговые легкоатлетические упражнения. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 21.03 | 08.04 | 08.04 | 02.04 | 02.04 | 07.04 | 08.04 | http://fcior.edu.ru/ http://www.it-n.ru |
| 55 | Модуль «Лёгкая атлетика».  Попеременно ходьба и бег без учета времени. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 03.04 | 10.04 | 09.04 | 04.04 | 03.04 | 11.04 | 14.04 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 56 | Модуль «Лёгкая атлетика».  Попеременно ходьба и бег без учета времени. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 04.04 | 15.04 | 15.04 | 09.04 | 09.04 | 14.04 | 15.04 | http://www.uchportal.ru |
| 57 | Модуль «Лёгкая атлетика».  Челночный бег . Подвижные игры и эстафеты. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 10.04 | 17.04 | 16.04 | 11.04 | 10.04 | 18.04 | 21.04 | http://fcior.edu.ru/ http://www.it-n.ru |
| 58 | Модуль «Лёгкая атлетика». Челночный бег подвижные игры и эстафеты. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 11.04 | 22.04 | 22.04 | 16.04 | 16.04 | 21.04 | 22.04 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 59 | Модуль «Лёгкая атлетика».  Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО . Кросс на 2 км. Подводящие упражнения. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 17.04 | 24.04 | 23.04 | 18.04 | 17.04 | 25.04 | 28.04 | http://www.uchportal.ru |
| 60 | Модуль «Лёгкая атлетика». Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО . Кросс 2км Подводящие упражнения. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 18.04 | 29.04 | 29.04 | 23.04 | 23.04 | 28.04 | 29.04 | http://fcior.edu.ru/ http://www.it-n.ru |
| 61 | Модуль «Лёгкая атлетика».  Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО . Бег на 1000м . | 1 | 0 | 1 | Зачет | 24.04 | 06.05 | 30.04 | 25.04 | 24.04 | 02.05 | 05.05 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 62 | Модуль «Лёгкая атлетика».  Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО . Бег на 1000м. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 25.04 | 13.05 | 06.05 | 30.04 | 30.04 | 05.05 | 06.05 | http://www.uchportal.ru |
| 63 | Модуль «Лёгкая атлетика».  Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО . Бег на 30м. Эстафеты. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 02.05 | 15.05 | 07.05 | 02.05 | 07.05 | 12.05 | 12.05 | http://fcior.edu.ru/ http://www.it-n.ru |
| 64 | Модуль «Лёгкая атлетика».  Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 15.05 | 20.05 | 13.05 | 07.05 | 14.05 | 16.05 | 13.05 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 65 | Модуль «Лёгкая атлетика».  Правила выполнения спортивных нормативов 2-3 ступени. ПО ыыбору. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 16.05 | 22.05 | 14.05 | 14.05 | 15.05 | 19.05 | 19.05 | http://www.uchportal.ru |
| 66 | Модуль «Лёгкая атлетика Правила выполнения спортивных нормативов 2-3 ступени. По выбору. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | 22.05 |  | 20.05 | 16.05 | 21.05 | 23.05 | 20.05 | http://fcior.edu.ru/ http://www.it-n.ru |
| 67 | Модуль "Подвижные и спортивные игры". Футбол Подвижные игры с приемами футбола. | 1 | 0 | 1 | Зачет | 23..05 |  | 21.05 | 21.05 | 22.05 | 26.05 | 26.05 | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| 68 | Модуль "Подвижные и спортивные игры". Футбол | 1 | 0 | 1 | Практическая работа |  |  |  | 23.05 |  |  |  | http://fcior.edu.ru/ http://www.it-n.ru |
| 69 | Модуль "Подвижные и спортивные игры". Футбол. |  |  |  | Зачет |  |  |  |  |  |  |  | http://www.uchportal.ru |
| 70 | Модуль "Подвижные и спортивные игры". Футбол. |  |  |  | Практическая работа |  |  |  |  |  |  |  | https://edu.gov.ru/ http://www.school.edu.ru/ |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 68 | 0 | 68 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |