

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Лицей № 2»

РАССМОТРЕНО:

на заседании педагогического
совета

Протокол № 1

от 26.08. 2021 г

УТВЕРЖДЕНО:

приказом директора МБОУ «Лицей № 2»

№ 144/осн. от 26.08. 2021 г

Фоминская Е.А. /Фоминская Е.А./



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по предмету «Физическая культура» для 3 класса
начальное общее образование
базовый уровень
на 2021/2022 учебный год

Составитель:
Гончаров Данил Юрьевич
учитель физической культуры
первой квалификационной категории

г. Барнаул
2021

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа по предмету «Физическая культура» для учащихся 3 классов разработана в соответствии с утверждённым годовым календарным учебным графиком и учебным планом (планом №144-осн. от 26.08.2021г.), на основании авторской программы «Физическая культура» рабочая программа (предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха 1-4 классы) Москва, «Просвещение», 2021 год.

Предметная линия «Физическая культура. 1-4 классы». В.И. Лях и др. М.: Просвещение, 2017год.

Согласно авторской программе «Физическая культура» рабочая программа (предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха 1-4 классы) Москва, «Просвещение», 2021 г. предусмотрено 102 часа, но исходя календарного графика МБОУ «Лицей №2» в 3 классе 35 учебных недель, поэтому в программе 105 часов. 3 часа добавлены на раздел

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Знания о физической культуре.

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности.

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.

Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Физическое совершенствование .

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО)

- Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки;

- Комплексы упражнений на развитие физических качеств;
- Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно оздоровительная деятельность

Гимнастика с основами акробатики

Организуемые команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост.

Акробатические комбинации. Например: 1) мост из положения лёжа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лёжа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.

Гимнастическая комбинация. Например, из вися стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперед ноги.

Опорный прыжок: с разбега через гимнастического козла.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Лёгкая атлетика

Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание;

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжные гонки.

Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъемы; торможение.

Подвижные и спортивные игры

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного

образовательного стандарта данная рабочая программа для 1-4 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и 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 умения 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 в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с 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 культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, 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 (силы, быстроты, выносливости, координации,

Планируемые результаты изучения предмета

Знания о физической культуре

Выпускник научится:

– ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;

– раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;

– ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;

– характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

– отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами;

– организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

– измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;

– характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

– отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами;

– организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

– измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

– выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);

– выполнять организующие строевые команды и приемы;

– выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);

- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объема);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).

ФОРМЫ КОНТРОЛЯ КАЧЕСТВА УСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ

Оценка успеваемости по способам (умениям) осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.

Оценка «5» ставится, если учащийся демонстрирует полный и разнообразный комплекс упражнений, направленный на развитие конкретной физической (двигательной) способности, или комплекс упражнений утренней, атлетической или ритмической гимнастики, может самостоятельно организовывать место занятия, подобрать инвентарь и применить в конкретных условиях, проконтролировать ход выполнения заданий и оценить его.

Оценка «4» ставится, если учащийся имеет незначительные ошибки или неточности в осуществлении самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности.

Оценка «3» ставится, если учащийся допускает грубые ошибки в подборе и демонстрации упражнений, направленных конкретной физической (двигательной) способности. Испытывает затруднения в организации мест занятий, подборе инвентаря. Удовлетворительно контролирует ход и итоги задания.

Оценка «2» ставится, если учащийся не владеет умением осуществлять различные виды физкультурно-оздоровительной деятельности.

Критерии оценки успеваемости по технике владения двигательными действиями (умениями и навыками).

Оценка «5» - двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко.

Оценка «4» - двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений.

Оценка «3» - двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.

Оценка «2» - двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко.

Критерии оценки успеваемости по основам знаний

Оценка «5»- выставляется за ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, приводя примеры из практики или своего опыта.

Оценка «4» - ставится за ответ, в котором содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.

Оценка «3» - выставляется за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются проблемы в материале, нет должной аргументации и умения применить знания в своем опыте.

Оценка «2» - выставляется за непонимание материала программ.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов
1	Базовая часть	
1.1	Знания о физической культуре	8
1.2	Способы физкультурной деятельности	7
1.3	Физическое совершенствование	В процессе урока
1.4	Физкультурно – оздоровительная деятельность	2 часа
2	Спортивно – оздоровительная деятельность	71
2.1	Подвижные и спортивные игры.	21(+ 4 часа из вариативной части)
2.2	Гимнастика с основами акробатики	14
2.3	Лыжная подготовка	18
2.4	Легкая атлетика	18 (+ 4 часа из вариативной части +3 часа)
3	Вариативная часть	14
3.1	Связанная с региональными и национальными особенностями	6
3.2	По выбору учителя, учащихся, определяемой самой школой, по углубленному изучению одного из видов спорта	8
	Итого:	105

Часы из вариативной части распределены следующим образом: на раздел «Подвижные и спортивные игры» (4 часа), «Физическое совершенствование « Легкая атлетика (4 часа) и (3 часа, т.к 35 учебных недель)

Раздел «Гимнастика с основами акробатики» выделено 14 часов из раздела «Плавание».

Связанная с региональными и национальными особенностями: 6 часов отведены на проведение спортивной игры «Русская лапта».

ФОРМЫ КОНТРОЛЯ

Формы контроля	I	II	III	IV
Всего уроков:	24	24	33	24
Практические работы (зачет)				
Итого				

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПОУРОЧНЫЙ ПЛАН, 3 КЛАСС

№ п/п	№ в разделе	Наименование разделов, темы уроков	Лабораторные, практические, контрольные работы	Дата		Примечания
				По плану	Фактически	
<i>Знания о физической культуре 8ч. (1 час)</i>						
1.	1	Что такое физическая культура. Роль и значение физической культуры. Строевые упражнения. Разновидности ходьбы. Правила техники безопасности на уроках физической культуры. вещества.				
<i>Физкультурно-оздоровительная деятельность 2 ч</i>						
2.	1	Комплекс физических упражнений для утренней зарядки				
3.	2	Комплекс упражнений на развитие физических качеств. ГТО				
<i>Лёгкая атлетика 25ч (12ч)</i>						
4.	1	Техника безопасности по легкой атлетике. Техника высокого старта.				
5.	2	Бег 600м. Беговые упражнения. Подвижная игра « День и ночь»				
6.	3	Бег с ускорением от 40 до 60 м. Бег, ходьба: бег на короткие дистанции 10,20,30 метров				
7.	4	Бег с ускорением от 40 до 60 м. Бег, ходьба: бег на короткие дистанции 10,20,30 метров				
8.	5	Контрольные нормативы. Бег 30 м. М: 5.0;6.5;6.6. Д:5.2,6.5,6,6				
9.	6	Совершенствование бега, развитие координационных и				

		скоростных способностей. «Круговая эстафета»				
10.	7	Совершенствование бега, развитие координационных и скоростных способностей. «Встречная эстафета»				
11.	8	Прыжки в длину с места.				
12.	9	Прыжки в длину с места.				
13.	10	Контрольные нормативы. Прыжок в длину с места. М:185;140;130; Д:170;140;130				
14.	11	Челночный бег				
15.	12	Тестирование челночный бег 3*10 м М: 8,5;9,3;9,6. Д: 8,7;9,5;9,9.				
Знания о физической культуре 8ч. (2-3 час)						
16.	1	Твой организм. Основные части тела человека. Сердце и кровеносные сосуды				
17.	2	Правильное питание. Вода и питьевой режим				
Подвижные и спортивные игры (25 часов)						
18.	1	История баскетбола. Основные правила игры в баскетбол. Основные приемы игры. Правила техники безопасности.				
19.	2	Передача мяча двумя руками. Ведение мяча. «Мяч соседу».				
20.	3	Ловля и передача мяча двумя руками из-за головы. Броски в цель.				
21.	4	Ловля и передача мяча двумя				

		руками из-за головы. Ведение мяча.				
22.	5	Ловля и передача мяча двумя руками из-за головы. Ведение мяча.				
23.	6	Броски в цель. Ловля и передача мяча. «Передал – садись».				
24.	7	Ведение мяча. «Попади в обруч».				
25.	8	Ведение мяча. «Попади в обруч».				
26.	9	Контрольные нормативы. Ведение мяча по заданной траектории. Демонстрировать ведение мяча с изменением направления. Техника ведения мяча				
27.	10	Передачи мяча, броски мяча в цель				
28.	11	Учебная игра «Баскетбол», по упрощённым правилам.				
29.	12	Учебная игра «Баскетбол», по упрощённым правилам.				
30.	13	Инструктаж по ТБ. Стойки, передвижения, остановки. Игра по упрощённым правилам «Пионербол».				
31.	14	Броски мяча, удары по мячу руками. по упрощённым правилам «Пионербол».				
32.	15	Броски мяча, удары по мячу руками. по упрощённым правилам «Пионербол».				
33.	16	Ловля, передача мяча. Игра по упрощённым правилам «Волейбол».				
34.	17	Ловля, передача мяча. Игра по упрощённым правилам				

		«Волейбол».				
35.	18	Ловля, передача мяча. Игра по упрощённым правилам «Волейбол».				
36.	19	Приёмы и передачи (сверху двумя, снизу двумя руками). Учебная игра «Волейбол».				
37.	20	Приёмы и передачи (сверху двумя, снизу двумя руками). Учебная игра «Волейбол».				
38.	21	Приёмы и передачи (сверху двумя, снизу двумя руками). Учебная игра «Волейбол».				
39.	22	Техника подачи - нижняя прямая нижняя боковая, верхняя прямая. «Пионербол».				
40.	23	Техника подачи - нижняя прямая нижняя боковая, верхняя прямая. «Пионербол».				
41.	24	Техника подачи - нижняя прямая нижняя боковая, верхняя прямая. «Пионербол».				
42.	25	Техника подачи - нижняя прямая нижняя боковая, верхняя прямая. «Пионербол».				
Знания о физической культуре 8ч. (4-5 час)						
43.	1	История зарождения Олимпийских игр.				
44.	2	Современные олимпийские игры.				
Лыжная подготовка (18ч.)						
45.	1	Инструктаж по ТБ. Подбор, переноска и надевание лыж.				
46.	2	Ступающий шаг. Повороты на месте.				

47.	3	Ступающий шаг. Игра «Кто дальше прокатится».				
48.	4	Ступающий шаг. Игра «Кто дальше прокатится».				
49.	5	Ступающий шаг. Повороты на месте.				
50.	6	Скользкий шаг. Игра «Проехать через ворота».				
51.	7	Передвижение скользящим шагом без палок.				
52.	8	Передвижение скользящим и ступающим шагом с палками.				
53.	9	Подъем и спуски под уклон. Игра «Кто дальше прокатится».				
54.	10	Поворот переступанием на месте. Подъем и спуски под уклон.				
55.	11	Поворот переступанием на месте. Подъемы и спуски под уклон.				
56.	12	Прохождение дистанции 1 км. Подвижная игра на лыжах «Подними предмет»				
57.	13	Прохождение дистанции 1 км.				
58.	14	Прохождение дистанции 2, 5 км				
59.	15	Поворот переступанием на месте. Подъемы и спуски под уклон.				
60.	16	Поворот переступанием на месте. Торможение «плугом» и упором				
61.	17	Контрольные нормативы. Демонстрировать Повороты переступанием на месте. Подъемы и спуски под уклон. Торможение «плугом» и упором				
62.	18	Прохождение дистанции до 2,5 км.				

		Подвижная игра на лыжах «Подними предмет».				
Знания о физической культуре 8ч.(6 час)						
63.	1	Закаливание организма (воздушные и солнечные ванны, купание в естественных водоемах).				
Гимнастика (14 часов)						
64.	1	Инструктаж по ТБ. Комплекс упражнений для утренней гимнастики. Строевые упражнения.				
65.	2	Группировка. Перекаты в группировке.				
66.	3	ОРУ с предметами. Подъём туловища из положения лёжа на спине				
67.	4	Кувырок вперед. Кувырок назад. Подъём туловища из положения лёжа на спине				
68.	5	Контрольные нормативы. Подъём туловища из положения лёжа на спине. М.28;25;23Д.33;30;28 Стойка на лопатках. Два кувырка вперед слитно.				
69.	6	Упражнения в равновесии. Стойка на лопатках. Подтягивание.				
70.	7	Смешанные висы и упоры. Упражнения в равновесии. Приседания на двух ногах.				

71.	8	Мост из положения лежа. Стойка на лопатках. Отжимания от скамейки.				
72.	9	Лазанье по канату в три приёма, перелазанье через препятствия				
73.	10	Лазанье по канату в три приёма, перелазанье через препятствия				
74.	11	Упражнения с акробатическими элементами.				
75.	12	Прыжки с поворотом на 180° и 360°.Подтягивание. Игра «Медведи и пчелы».				
76.	13	Прыжки с поворотом на 180° и 360°. Подтягивание. Игра «Медведи и пчелы»				
77.	14	Контрольные нормативы подтягивание (девочки – в смешанном висяе), М.5;3;1. Д.18;8;4 Вращение обруча. Игра «Жмурки»				
Знания о физической культуре 8ч.(7 час)						
78.	1	Влияние физических упражнений (нагрузки) на организм занимающихся и основные правила ее регулирования.				
Лёгкая атлетика 25 (13ч.)						
79.	1	Техника безопасности на уроках легкой атлетике. Разновидности ходьбы. Обычный бег.				
80.	2	Высокий старт. Низкий старт. Бег 30 м.				

81.	3	Челночный бег 3*10м Прыжки в длину с разбега.				
82.	4	Контрольные нормативы- Челночный бег 3*10м. М.8.6;9.5;9.9; Д.9.1;10.0;10.4 Прыжки в длину с места.				
83.	5	Метание малого мяча. Подтягивание.				
84.	6	Метание малого мяча. Подтягивание.				
85.	7	Контрольные нормативы. Метание малого мяча. М.21;18;15 Д.18;15;12				
86.	8	Прыжки в длину с места. Прыжки со скакалкой.				
87.	9	Эстафетный бег.				
88.	10	Шестиминутный бег.				
89.	11	Контрольные нормативы. Шестиминутный бег. М.: 1250м; 900м;850м. Д.: 1050м; 750м; 650 м				
90.	12	Эстафетный бег. Бег с мячами. Игра «Третий лишний».				
91.	13	Эстафеты по кругу				
Знания о физической культуре 8ч. (8 час)						
92.	1	Возможные причины травматизма при занятиях физическими упражнениями и профилактика травматизма.				

Способы физической деятельности 7ч.

93.	1	Самостоятельные занятия (инструктивно методический). Инструктаж по ТБ.				
94.	2	Самостоятельные занятия (инструктивно методический).				
95.	3	Самостоятельные занятия (инструктивно методический).				
96.	4	Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью (инструктивно методический).				
97.	5	Контрольный урок по проверке теоретических и инструктивно-методических знаний освоенных за учебный год.				
98.	6	Составление режима дня Самостоятельные игры.				
99.	7	Выполнение простейших закаливающих процедур Самостоятельные игры.				
Связанная с региональными и национальными особенностями (6 час)						
100.	1	История русской национальной игры «Лапта». Броски, ловля, удары битой по мячу. Инструктаж по ТБ.				
101.	2	Броски, ловля, удары битой по мячу.				
102.	3	Учебная игра «Лапта».				
103.	4	Учебная игра «Лапта».				
104.	5	Учебная игра «Лапта».				
105.	6	Учебная игра «Лапта».				

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ
ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ
ДЛЯ 3 КЛАССА**

1. Учебник «Физическая культура. 1-4 классы» Лях В.И. М.: Просвещение, 2017г
2. «Физическая культура» рабочая программа (предметная линия учебников В.И. Ляха 1-4 классы) Москва, «Просвещение», 2021 год
3. Физическая культура. Методические рекомендации 1-4 класса. Пособие для учителей общеобразовательных организаций. Под редакцией В.И.Лях М, «Просвещения» 2021

