

к приказу № 276-од от 31.08.22  
"Об утверждении рабочих  
программ педагогов/КТП,  
программ, перечня элективных  
предметов, факультативов на  
2022-2023 учебный год"

**Календарно-тематический план к рабочей программе  
на 2022-2023 учебный год**  
по учебному предмету «Физическая культура»  
на уровне начального общего образования

Класс(ы): 3-4  
Уровень: базовый

Учитель физической культуры  
без категории  
Лухтанова Ирина Анатольевна

Энгельс 2022

**IV. Календарно-тематический план по физической культуре для обучающихся 3 классов.**

№ урока	Темы урока	Дата	Фактически		
			За	3б	3в
<b>I четверть</b>					
1.	Беседа по технике безопасности на уроках физической культуры. Высокий старт. Эстафета.	1.09-3.09			
2.	Повороты на месте. Высокий старт. Бег 30 м.	5.09-10.09			
3.	Высокий старт. Бег 60 м. Эстафета..	5.09-10.09			
4.	Бег на 60 м. (контроль). Игра «Салки» (норматив ГТО).	12.09-17.09			
5.	Метание мяча. Бег 300 м. (норматив ГТО).	12.09-17.09			
6.	Подтягивание на перекладине мальчики – высокая, девочки – низкая (норматив ГТО).	19.09-24.09			
7.	Бег на результат 300м. Модуль «Школьный урок», «Здоровый образ жизни».	19.09-24.09			
8.	Поднимание туловища за 30с.	26.09-1.10			
9.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Эстафета (ГТО).	26.09-1.10			
10.	Провести тест на гибкость. Игра «Пустое место».	3.10-8.10			
11.	Прыжки в длину с места (контроль).	3.10-8.10			
12.	Челночный бег 3 по 10 м. (ГТО).	10.10-15.10			
13.	Эстафета с мячами. «Посадка картошки».	10.10-15.10			
14.	Игра «Третий лишний».	17.10-22.10			
15.	Игра «Вызов номеров».	17.10-22.10			
16.	Игра «Охотники и утки».	24.10-28.10			

17.	Подведение итогов I четверти.	24.10-28.10			
	II четверть				
18.	Беседа по технике безопасности на уроках гимнастики . Эстафета с предметами.	7.11-12.11			
19.	Перекаты. Кувырок вперед.	7.11-12.11			
20.	Кувырок вперед. Повторить перекаты.	14.11-19.11			
21.	Стойка на лопатках. Упражнения со скакалкой.	14.11-19.11			
22.	Гимнастический мост. Модуль «Школьный урок». Воспитание взаимопомощи, взаимопонимания.	21.11-26.11			
23.	Акробатическое соединение. Упражнения с обручем.	21.11-26.11			
24.	Акробатическое соединение.	28.11-3.12			
25.	Вис на гимнастической лестнице. Лазание по канату.	28.11-3.12			
26.	Лазание по канату в 3 приема. Упражнения со скакалкой.	5.12-10.12			
27.	Лазание по канату (контроль). Упражнения с обручем.	5.12-10.12			
28.	Элементы полосы препятствия.	12.12-17.12			
29.	Эстафета с элементами полосы препятствия.	12.12-17.12			
30.	Преодоление гимнастической полосы препятствий.	19.12-24.12			
31.	Игра «Два Мороза». Модуль «Школьный урок». Воспитание	19.12-24.12			

	чувства коллективизма, товарищества.				
32.	Игра «Запрещённое движение». Подведение итогов II четверти.	26.12-28.12			
	III четверть				
33	Беседа по технике безопасности на уроках спортивных игр. Стойки, перемещение, повороты. Игра «Передал-садись».	9.01-14.01			
34.	Ловля и передача мяча. Игра «Совушка».	9.01-14.01			
35.	Ведение мяча на месте, в шаге. Ловля и передача мяча.	16.01-21.01			
36.	Ведение мяча в движении. Игра «Охотники и утки»	16.01-21.01			
37.	Ведение мяча в эстафете «Вызов номеров».	23.01-28.01			
38.	Броски мяча в корзину. Ведения мяча.	23.01-28.01			
39.	Броски мяча в корзину. Игра «Самый меткий».	30.01-4.02			
40.	Броски с двух шагов.	30.01-4.02			
41.	Штрафные броски.	6.02-11.02			
42.	Совершенствовать технику владения мячом. Учебная игра мини-баскетбол.	6.02-11.02			
43.	Эстафета с элементами баскетбола.	13.02-18.02			
44.	Игра «Скакуны». Броски мяча.	13.02-18.02			
45.	Игра «День и ночь». Модуль «Школьный урок». Воспитание патриотизма.	20.02-25.02			
46.	Встречная эстафета с мячами.	20.02-25.02			
47.	Игра «Охотники и утки».	27.02-4.03			
48.	Игра «Перестрелка».	27.02-4.03			

49.	Игра «Пионербол».	6.03-11.03			
50.	Эстафета с предметами. Модуль «Школьный урок». Воспитание трудолюбия и стремления к творчеству.	6.03-11.03			
51.	Игра «Пионербол».	13.03-18.03			
52.	Игра «Мяч капитану».	13.03-18.03			
53.	Эстафета с мячами. Подведение итогов III четверти.	20.03-23.03			
	IV четверть				
54.	Беседа по технике безопасности на уроках легкой атлетики. Игра «Третий лишний».	3.04-8.04			
55.	Прыжки в длину с места. (норматив ГТО).	3.04-8.04			
56.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Игра «Охотники и утки» (норматив ГТО).	10.04-15.04			
57.	Поднимание туловища за 30 сек. (норматив ГТО).	10.04-15.04			
58.	Провести тест на гибкость. Встречная эстафета.	17.04-22.04			
59.	Подтягивание на перекладине .	17.04-22.04			
60.	Челночный бег 3 по 0 м.	24.04-29.04			
61.	Высокий старт Бег 60м.	24.04-29.04			
62.	Бег 60 м. на результат. Модуль «Школьный урок», «Здоровый образ жизни».	1.05-6.05			
63.	Метание мяча на дальность. Бег 300м. (норматив ГТО).	1.05-6.05			
64.	Бег 300м. Эстафета со скакалкой (норматив ГТО).	8.05-13.05			
65.	Подтягивание на перекладине из виса стоя	8.05-13.05			

	– мальчики, из вися лежа – девочки (норматив ГТО).				
66.	Встречная эстафета с эстафетной палочкой.	15.05-20.05			
67.	Игра «Охотники и утки».	15.05-20.05			
68	Игра «Вызов номеров».	22.05-25.05			
69.	Подведение итогов года.	22.05-25.05			

**Календарно-тематический план по  
физической культуре для обучающихся 4 классов.**

№ урока	Темы урока	Дата	Фактически	
			4а	4б
<b>І четверть</b>				
1.	Беседа по технике безопасности на уроках физической культуры. Высокий старт. Эстафета.	1.09-3.09		
2.	Повороты на месте. Высокий старт. Бег 30 м.	5.09-10.09		
3.	Высокий старт. Бег 60 м. Эстафета..	5.09-10.09		
4.	Бег на 60 м. (контроль). Игра «Салки»(норматив ГТО).	12.09-17.09		
5.	Метание мяча. Бег 300 м. (норматив ГТО).	12.09-17.09		
6.	Подтягивание на перекладине мальчики – высокая, девочки – низкая (норматив ГТО).	19.09-24.09		
7.	Бег на результат 300м. Модуль «Школьный урок», «Здоровый образ жизни».	19.09-24.09		
8.	Поднимание туловища за 30с.	26.09-1.10		
9.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Эстафета (ГТО).	26.09-1.10		
10.	Провести тест на гибкость. Игра «Пустое место».	3.10-8.10		
11.	Прыжки в длину с места (контроль).	3.10-8.10		
12.	Челночный бег 3 по 10 м. (ГТО).	10.10-15.10		
13.	Эстафета с мячами. «Посадка картошки».	10.10-15.10		
14.	Игра «Третий лишний».	17.10-22.10		
15.	Игра «Вызов номеров».	17.10-22.10		
16.	Игра «Охотники и утки».	24.10-28.10		
17.	Подведение итогов І четверти.	24.10-28.10		
<b>ІІ четверть</b>				
18.	Беседа по технике безопасности на уроках	7.11-12.11		

	гимнастики . Эстафета с предметами.			
19.	Перекаты. Кувырок вперед.	7.11-12.11		
20.	Кувырок вперед. Повторить перекаты.	14.11-19.11		
21.	Стойка на лопатках. Упражнения со скакалкой.	14.11-19.11		
22.	Гимнастический мост. Модуль «Школьный урок». Воспитание взаимопомощи, взаимопонимания.	21.11-26.11		
23.	Акробатическое соединение. Упражнения с обручем.	21.11-26.11		
24.	Акробатическое соединение.	28.11-3.12		
25.	Вис на гимнастической лестнице. Лазание по канату.	28.11-3.12		
26.	Лазание по канату в 3 приема. Упражнения со скакалкой.	5.12-10.12		
27.	Лазание по канату (контроль). Упражнения с обручем.	5.12-10.12		
28.	Элементы полосы препятствия.	12.12-17.12		
29.	Эстафета с элементами полосы препятствия.	12.12-17.12		
30.	Преодоление гимнастической полосы препятствий.	19.12-24.12		
31.	Игра «Два Мороза». Модуль «Школьный урок». Воспитание чувства коллективизма, товарищества.	19.12-24.12		
32.	Игра «Запрещённое движение». Подведение итогов II четверти.	26.12-28.12		
33.	Беседа по технике безопасности на уроках спортивных игр. Стойки, перемещение, повороты. Игра «Передал-садись».	9.01-14.01		
34.	Ловля и передача мяча. Игра «Совушка».	9.01-14.01		
35.	Ведение мяча на месте, в шаге. Ловля и передача мяча.	16.01-21.01		
36.	Ведение мяча в движении.	16.01-21.01		

	Игра «Охотники и утки»			
37.	Ведение мяча в эстафете «Вызов номеров».	23.01-28.01		
38.	Броски мяча в корзину. Ведения мяча.	23.01-28.01		
39.	Броски мяча в корзину. Игра «Самый меткий».	30.01-4.02		
40.	Броски с двух шагов.	30.01-4.02		
41.	Штрафные броски.	6.02-11.02		
42.	Совершенствовать технику владения мячом. Учебная игра мини-баскетбол.	6.02-11.02		
43.	Эстафета с элементами баскетбола.	13.02-18.02		
44.	Игра «Скакуны». Броски мяча.	13.02-18.02		
45.	Игра «День и ночь». Модуль «Школьный урок». Воспитание патриотизма.	20.02-25.02		
46.	Встречная эстафета с мячами.	20.02-25.02		
47.	Игра «Охотники и утки».	27.02-4.03		
48.	Игра «Перестрелка».	27.02-4.03		
49.	Игра «Пионербол».	6.03-11.03		
50.	Эстафета с предметами. Модуль «Школьный урок». Воспитание трудолюбия и стремления к творчеству.	6.03-11.03		
51.	Игра «Пионербол».	13.03-18.03		
52.	Игра «Мяч капитану».	13.03-18.03		
53.	Эстафета с мячами. Подведение итогов III четверти.	20.03-23.03		
	IV четверть			
54.	Беседа по технике безопасности на уроках легкой атлетики. Игра «Третий лишний».	3.04-8.04		
55.	Прыжки в длину с места. (норматив ГТО).	3.04-8.04		
56.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Игра «Охотники и утки» (норматив ГТО).	10.04-15.04		
57.	Поднимание туловища за 30	10.04-15.04		

	сек. (норматив ГТО).			
58.	Провести тест на гибкость. Встречная эстафета.	17.04-22.04		
59.	Подтягивание на перекладине .	17.04-22.04		
60.	Челночный бег 3 по 0 м.	25.04-29.04		
61.	Высокий старт Бег 60м.	24.04-29.04		
62.	Бег 60 м. на результат. Модуль «Школьный урок», «Здоровый образ жизни».	1.05-6.05		
63.	Метание мяча на дальность. Бег 300м. (норматив ГТО).	1.05-6.05		
64.	Бег 300м. Эстафета со скакалкой (норматив ГТО).	8.05-13.05		
65.	Подтягивание на перекладине из виса стоя – мальчики, из виса лежа – девочки (норматив ГТО).	8.05-13.05		
66.	Встречная эстафета с эстафетной палочкой.	15.05-20.05		
67.	Игра «Охотники и утки».	15.05-20.05		
68.	Игра «Вызов номеров».	22.05-25.05		
69.	Подведение итогов года.	22.05-25.05		