**Календарно-тематическое планирование по физической 3А класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Название раздела, тема урока | Цели, задачи урока | Кол-во часов | Дата проведения | | Планируемые результаты | | | | Формы организации образовательного процесса/виды контроля | Примечание (корректировка КТП, тип урока, д/з, технологии и др.) |
| План | Факт | Предметные УУД | | УУД | Личностные УУД |
| I Четверть | | | | | | | | | | | |
| Лёгкая атлетика и кроссовая подготовка (15часов) | | | | | | | | | | | |
| 1. | Т.Б. на уроках по л/а.; Строевые упр.; Медленный бег; ОРУ; Высокий старт; Бег 30м.; Поднимание и опускание туловища за 30сек. | Ознакомить с Т.Б. на уроках по л/а. в с/з и на с/п.; Обучение тех. Поднимания туловища за 30 сек.; Развитие скоростно-силовых качеств | 1 | 4.09.  17 |  | Знать: правила поведения на уроке л/а.; Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта 30м.; выполнять скоростно-силовые упр. | | **Познавательные:** Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.  Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.  Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.  **Коммуникативные:** Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.  Умение объяснить ошибки при выполнении упражнений.  Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.  Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.  **Регулятивные:** Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.  Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.  Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.  Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.  Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека. | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. |  |  |
| 2. | Строевые упр.; Медленный бег; ОРУ; Бег 30м.; Прыжок в длину с места | Контроль тех. бега на 30м.; Обучение тех. прыжков в длину с места. | 1 | 05.09.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта 30м.; выполнять прыжки в длину с места | | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | Контроль тех. |  |
| 3. | Строевые упр.; Медленный бег; ОРУ; Бег 60м.; Метание малого мяча на дальность (150г) | Обучение тех. бега на 60м.; Обучение тех. метания малого мяча. | 1 | 8.09.  17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта 60м.; выполнять метание мяча на дальность. | | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. |  |  |
| 4. | Строевые упр.; Медленный бег; ОРУ; Бег 60м.; Прыжок в длину с места | Совершенствование тех. бега 60м.; Совершенствование тех. прыжков в длину с места | 1 | 11.09.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта 60м.; выполнять прыжки в длину с места. | | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. | Освоение тех. |  |
| 5. | Строевые упр.; Медленный бег; ОРУ; Метание малого мяча на дальность; Поднимание и опускание туловища за 30сек. | Совершенствование тех. метание малого мяча на дальность; Совершенствование тех. поднимания туловища за 30 сек.; Развитие скоростно-силовых качеств | 1 | 12.09.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность; выполнять скоростно-силовые упр. | | Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. | Освоение тех. |  |
| 6. | Строевые упр.; Медленный бег; ОРУ; Наклон вперед из положения сед на полу; Сгибание и разгибание рук в упоре лежа; Бег на 400м. | Обучение тех. наклона вперед из положения сед на полу; Обучение тех.Сгибание и разгибание рук в упоре лежа; Развитие скоростно-силовых качеств; Развитие выносливости | 1 | 15.09.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять скоростно-силовые упр.; бегать на средние дистанции. | | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. |  |  |
| 7. | Строевые упр.; Ходьба и медленный бег; ОРУ; Прыжок в длину с места; Метание малого мяча на дальность. | Контроль тех. прыжков в длину с места; Совершенствование и закрепление тех. метание малого мяча | 1 | 18.09.17 | 2.10.  17 | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжки в длину с места; выполнять метание мяча на дальность. | | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | Контроль тех.  Освоение тех. | б/л; объединение тем |
| 8. | Медленный бег; ОРУ; Прыжок в длину с разбега; Поднимание и опускание туловища за 30сек. | Обучение тех. прыжков в длину с разбега; Развитие скоростно-силовых качеств; Совершенствование и закрепление тех. поднимание и опускание туловища за 30сек. | 1 | 19.09.17 | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжок в длину с разбега; выполнять скоростно-силовые упр. | | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. | Освоение тех. |
| 9. | Строевые упр.; Медленный бег; ОРУ; Метание малого мяча на дальность; Наклон вперед из положения сед на полу; Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. | Контроль тех. метания малого мяча на дальность; Совершенствование тех. наклона вперед из положения сед на полу; сгибание и разгибание рук в упоре лежа; Развитие скоростно-силовых качеств | 1 | 22.09.17 | 3.10.  17 | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность; выполнять скоростно-силовые упр. | | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. | Контроль тех.  Освоение тех. | б/л; |
| 10. | Строевые упр.; Медленный бег; ОРУ; Прыжок в длину с разбега; Бег на 400м. | Совершенствование тех. прыжков в длину с разбега; Развитие выносливости | 1 | 25.09.17 | 6.10.  17 | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжок в длину с разбега; Бегать на средние дистанции | | Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. | Освоение тех. | б/л; объединение тем |
| 11. | Поднимание и опускание туловища за 30сек.; Наклон вперед из положения сед на полу; Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. | Контроль тех. поднимание туловища за 30сек.; наклона вперед из положения сед на полу; сгибание и разгибание рук в упоре лежа; Развитие скоростно-силовых качеств. | 1 | 26.09.17 | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять скоростно-силовые упр. | | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. | Контроль тех. |
| 12. | Строевые упр.; Медленный бег; ОРУ; Бросок набивного мяча 1кг.из-за головы, от груди, снизу вперед-вверх, на расстоянии от 3 до 8м. Подвижные игры с элементами л/а. | Обучение тех. броска набивного мяча 1кг.; Способствовать развитию Ф.К. в игре | 1 | 29.09.17 | 9.10.  17 | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять бросок набивного мяча 1кг.; Знать: правила игры. | | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. |  | б/л; |
| 13. | Строевые упр.; Медленный бег; ОРУ; Бросок набивного мяча 1кг.из-за головы, от груди, снизу вперед-вверх, на расстоянии от 3 до 8м. Бег на 400м.; Подвижные игры с элементами л/а. | Контроль тех. броска набивного мяча 1кг. на результат; Развитие выносливости; Способствовать развитию Ф.К. в игре | 1 | 02.10.17 | 10.10.17 | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять бросок набивного мяча 1кг.; бегать на средние дистанции Знать: правила игры | | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. | Контроль тех. | б/л; объединение тем |
| 14. | Ходьба и медленный бег; Прыжок в длину с разбега; Подвижные игры с элементами л/а. | Контроль тех. прыжков в длину с разбега; Способствовать развитию Ф.К. в игре. | 1 | 03.10.17 | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжок в длину с разбега; Знать: правила игры. | | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. |  |
| 15. | ОРУ в движении;6 минутный бег на выносливость 1000м.; Подвижные игры | Контроль тех. бега на выносливость 1000м. | 1 | 06.10.17 | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать на длинные дистанции. | | Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. |  |
| Подвижные игры с элементами спортивных игр (9 часов) | | | | | | | | | | | |
| 16. | Т.Б. на уроке по подвижным играм; Строевые упр.; Медленный бег; ОРУ; Ведение мяча на месте и в движении; Ловля и передача мяча на месте и в движении; Эстафеты. | Ознакомить с Т.Б. на уроках по подвижным играм; Обучение тех. ведения мяча; Обучение тех. передачи и ловли мяча; Способствовать развитию Ф.К. в эстафете. | 1 | 09.10.17 | 13.10.  17 | Знать: правила поведения на уроке по подвижным играм; Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Научится: выполнять ведение мяча; выполнять передачи и ловли мяча; Знать: правила игры | **Познавательные:** Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.  Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.  Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.  **Коммуникативные:** Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.  Умение объяснить ошибки при выполнении упражнений.  Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.  Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.  **Регулятивные:** Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.  Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.  Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.  Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.  Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека. | | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. |  | б/л; объединение тем |
| 17. | Ведение мяча с изменением направления; Подвижная игра «Передача мячей в колоннах». | Обучение тех. ведения мяча с изменением направления; Способствовать развитию Ф.К. в игре. | 1 | 10.10.17 | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Научится: тех. ведение мяча с изменением направления; Знать: правила игры. | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | Освоение тех. |
| 18. | Ведение мяча с изменением направления; Ловля и передача мяча на месте и в движении; | Совершенствование тех. ведения мяча; Совершенствование тех. передачи и ловли мяча; Способствовать развитию Ф.К. в игре | 1 | 13.10.17 | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять передачи и ловли мяча; Знать: правила игры. | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. | Освоение тех. |
| 19. | Строевые упр.; Медленный бег; ОРУ; Ведение мяча на месте и в движении; Подвижные игры. «Передача мячей в колоннах». | Контроль тех.; ведения мяча на месте и в движении; Способствовать развитию Ф.К. в игре | 1 | 16.10.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять передачи и ловли мяча; Знать: правила игры. | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. | Контроль тех.  Освоение тех. |  |
| 20. | Строевые упр.; Медленный бег; ОРУ; Ведение мяча с изменением направления; Броски в кольцо двумя руками снизу; Эстафеты | Контроль тех.; ведения мяча с изменением направления; Обучение тех. бросков мяча в кольцо двумя руками снизу; Способствовать развитию Ф.К. в эстафете | 1 | 17.10.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; Научится: тех. бросков мяча в кольцо двумя руками снизу; Знать: правила игры | Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. | Контроль тех. |  |
| 21. | Строевые упр.; Медленный бег; ОРУ; Броски в кольцо двумя руками снизу; Броски в кольцо одной рукой от плеча; Подвижная игра «Охотники и утки». | Совершенствование тех. бросков мяча в кольцо двумя руками снизу; Обучение тех. бросков мяча одной рукой от плеча; Способствовать развитию Ф.К. в игре | 1 | 20.10.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски мяча в кольцо двумя руками снизу; Научится: тех. бросков мяча одной рукой; Знать: правила игры. | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Освоение тех. |  |
| 22. | Строевые упр.; Медленный бег; ОРУ; Броски в кольцо одной рукой от плеча; Ведение на месте правой и левой рукой в движении, шагом и бегом; Подвижные игры. | Совершенствование тех. бросков мяча в кольцо одной рукой от плеча; Обучение тех. ведение на месте правой и левой рукой в движении, шагом и бегом; Способствовать развитию Ф.К. в игре | 1 | 23.10.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски в кольцо одной рукой от плеча; Научится: тех. ведение на месте правой и левой рукой в движении, шагом и бегом; Знать: правила игры. | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | Освоение тех. |  |
| 23. | Строевые упр.; Медленный бег; ОРУ; Ловля и передача мяча на месте и в движении; Ведение на месте правой и левой рукой в движении, шагом и бегом; Подвижные игры. | Контроль тех. передачи и ловли мяча; Совершенствование тех. ведение на месте правой и левой рукой в движении, шагом и бегом; Способствовать развитию Ф.К. в игре | 1 | 24.10.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча; Выполнять ведение на месте правой и левой рукой в движении, шагом и бегом; Знать: правила игры. | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. | Контроль тех.  Освоение тех. |  |
| 24. | Строевые упр.; ходьба и медленный бег; ОРУ; Броски в кольцо двумя руками снизу; Броски в кольцо одной рукой от плеча; Ведение на месте правой и левой рукой в движении, шагом и бегом; Эстафеты | Контроль тех. бросков мяча в кольцо двумя руками снизу; Контроль тех. бросков мяча одной рукой; Контроль тех Ведение на месте правой и левой рукой в движении, шагом и бегом; Способствовать развитию Ф.К. в эстафете | 1 | 27.10.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски мяча в кольцо двумя руками снизу; выполнять броски в кольцо одной рукой; выполнять ведение на месте правой и левой рукой в движении, шагом и бегом; Знать: правила игры. | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Контроль тех. |  |
| **Каникулы 29.10.17г.-06.11.17г** | | | | | | | | | | | |
| II Четверть | | | | | | | | | | | |
| Гимнастика с элементами акробатики (24 часа) | | | | | | | | | | | |
| 25. | Т.Б. на уроке по гимнастике; Строевые упр. Медленный бег; ОРУ; Акробатические упр. | Ознакомление с Т.Б. на уроках по гимнастике; Обучение тех. выполнения акробатических упр. (группировка, перекаты в группировке, кувырок вперед-назад). | 1 | 07.11.17 |  | Знать: правила поведения на уроке по гимнастике; Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Научится: выполнять акробатические упр. | **Познавательные:** Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением организующих упражнений.  Осмысление техники выполнения разучиваемых акробатических комбинаций и упражнений.  Осмысление правил безопасности ( что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических упражнений, комбинаций.  **Коммуникативные:** Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании акробатических упражнений.  Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.  **Регулятивные:** Формирование умения выполнять задание в соответствии с поставленной целью.  Способы организации рабочего места.  Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.  Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.  Определять наиболее эффективные способы достижения результата.  Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям. | | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. |  |  |
| 26. | Строевые упр.; ОРУ; Лазанье по канату; Упражнения в висе стоя и лежа; Подвижные игры; | Обучение тех. лазания по канату; Выполнить упр.в висе | 1 | 10.11.17 |  | Уметь: выполнить комплекс ОРУ; Научится: тех. лазания по канату; выполнять упр. в висе. | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. |  |  |
| 27. | Строевые упр.; ОРУ; Лазанье по наклонной скамье; Подтягивание | Обучение тех. лазания по наклонной скамье; совершенствование тех. подтягивания в висе на перекладине (М); в висе лежа (Д); Развитие силы. | 1 | 13.11.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по наклонной скамье; выполнять подтягивание. | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. |  |  |
| 28. | Строевые упр.; Медленный бег; ОРУ; Акробатические упр.; Упражнения в висе стоя и лежа; | Совершенствование тех. выполнения акробатических упр.; Выполнить упр.в висе. | 1 | 14.11.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять акробатические упр.; выполнять упр. в висе | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Освоение тех. |  |
| 29. | Строевые упр.; Медленный бег; ОРУ; Лазанье по наклонной скамье; Прыжки через скакалку; Подвижные игры; | Совершенствование тех. лазания по наклонной скамье; Обучение тех. прыжков через скакалку; Развитие скоростно-силовых качеств | 1 | 17.11.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по наклонной скамье; прыгать через скакалку | Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. | Освоение тех. |  |
| 30. | Строевые упр.; ОРУ; Лазанье по канату; Упражнения в висе стоя и лежа; Подвижные игры | Совершенствование тех. лазания по канату; Совершенствование и закрепление тех. упр. в висе стоя и лежа | 1 | 20.11.17 |  | Уметь; выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по канату; выполнять упр. в висе; Знать: правила игры. | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Освоение тех. |  |
| 31. | Строевые упр.; ОРУ; Акробатические упр.; Прыжки через скакалку; Подвижные игры | Совершенствование тех. выполнения акробатических упр.; Совершенствование тех. прыжков через скакалку; Развитие скоростно-силовых качеств. | 1 | 21.11.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять акробатические упр.; прыгать через скакалку. | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | Освоение тех. |  |
| 32. | Строевые упр.; Ходьба и ОРУ; Лазанье по наклонной скамье; Упражнения в висе стоя и лежа; | Совершенствование тех. лазания по наклонной скамье; Контроль тех. упр. в висе стоя и лежа | 1 | 24.11.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по наклонной скамье; выполнить упр. в висе. | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. | Контроль тех.  Освоение тех. |  |
| 33. | Строевые упр.; ОРУ; Лазанье по канату; Поднимание туловища за 30 сек. | Совершенствование и закрепление тех. лазания по канату; Обучение тех. поднимания туловища; Развитие скоростно-силовых качеств. | 1 | 27.11.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по канату; выполнять силовые упр. | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Освоение тех. |  |
| 34. | Строевые упр.; ОРУ; Акробатические упр. Упражнения на равновесие; Подвижные игры. | Совершенствование тех. акробатических упр.; Обучение тех. упр. в равновесии (на бревне); Способствовать развитию Ф.К. в игре. | 1 | 28.11.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять акробатические упр.; выполнять упр. на равновесие. | Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. | Освоение тех. |  |
| 35. | Строевые упр.; Медленный бег; ОРУ; Лазанье по наклонной скамье; Прыжки через скакалку. | Совершенствование и закрепление тех.лазание по наклонной скамье; Совершенствование и закрепление тех. прыжков через скакалку; Развитие скоростно-силовых качеств. | 1 | 01.12.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по наклонной скамье; прыгать через скакалку. | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Освоение тех. |  |
| 36. | Строевые упр.; ОРУ; Лазанье по канату; Упражнения на равновесие. | Контроль тех. лазания по канату; выполнить упр. в равновесии (на бревне). | 1 | 04.12.17 |  | Уметь: выполнить комплекс ОРУ; выполнить лазание по канату; выполнить упр. в равновесие. | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | Контроль тех. |  |
| 37. | Строевые упр.; ОРУ; Упражнения на гимнастической стенке; Подтягивание. | Обучение тех. упр. на гимнастической стенке (вис согнув ноги); совершенствование тех. подтягивания (Д) и (М).; Развитие силы. | 1 | 05.12.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять упр. на гимнастической стенке; выполнять подтягивание; силовые упр. | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. | Освоение тех. |  |
| 38. | Строевые упр.; Медленный бег; ОРУ; Лазанье по наклонной скамье; Упражнения на равновесие (на бревне). | Контроль тех. лазания по наклонной скамье; Совершенствование и закрепление тех. выполнения упр. в равновесии (на бревне). | 1 | 08.12.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по наклонной скамье; выполнить упр. в равновесие | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Контроль тех.  Освоение тех. |  |
| 39. | Строевые упр.; ОРУ; Упражнения на гимнастической стенке; Поднимание туловища за 30 сек. | Совершенствование тех. упр. на гимнастической стенке; Совершенствование тех. поднимания туловища; Развитие скоростно-силовых качеств. | 1 | 11.12.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять упр. на гимнастической стенке. | Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. | Освоение тех. |  |
| 40. | Строевые упр. ОРУ; Упражнения на равновесие; Челночный бег 3х10 (Д) 4х10 (М). | Контроль тех. упр. на равновесии (на бревне); Развитие скоростно-силовых качеств. | 1 | 12.12.17 |  | Умет: выполнять комплекс ОРУ; выполнять упр. в равновесии. | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Контроль тех. |  |
| 41. | Строевые упр. ОРУ; Подтягивание; Поднимание туловища за 30 сек. | Совершенствование тех. подтягивания; Совершенствование тех. поднимание туловища; Развитие: силы скоростно-силовых упр. | 1 | 15.12.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять силовые упр.; Знать: Т.Б. при выполнении тех. подтягивания, поднимания туловища. | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | Освоение тех. |  |
| 42. | Строевые упр. медленный бег; ОРУ; Упражнения на гимнастической стенке; Прыжки через скакалку. | Совершенствование и закрепление тех. выполнения упр. на гимнастической стенке; прыжков через скакалку; Развитие скоростно-силовых качеств | 1 | 18.12.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять упр. на гимнастической стенке; выполнять силовые упр. | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. | Освоение тех. |  |
| 43. | Строевые упр. ОРУ; Подтягивание; Поднимание туловища за 30 сек. | Совершенствование и закрепление тех. подтягивания; Совершенствование тех. поднимание туловища; Развитие скоростно-силовых качеств | 1 | 19.12.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять силовые упр. | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Освоение тех. |  |
| 44. | Строевые упр. ОРУ; Акробатические упр.; Челночный бег 3х10 (Д) 4х10 (М). Подвижные игры. | Совершенствование и закрепление тех. акробатических упр.; Развитие скоростно-силовых качеств. | 1 | 22.12.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять акробатические упр.; | Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. | Освоение тех. |  |
| 45. | Строевые упр. медленный бег; ОРУ; Упражнения на гимнастической стенке; Подтягивание; | Контроль тех упр. на гимнастической стенке; Контроль тех подтягивания. | 1 | 25.12.17 |  | Выполнить: упражнения на гимнастической стенке; Развитие силы | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Контроль тех. |  |
| 46. | Строевые упр. ОРУ; Челночный бег 3х10 (Д) 4х10 (М). Подвижные игры. | Развитие скоростно-силовых качеств. | 1 | 26.12.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Знать: правила игры. | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | Освоение тех. |  |
| 47. | Строевые упр.; ОРУ; Акробатические упр.; Челночный бег 3х10 (Д) 4х10 (М). Подвижные игры. | Контроль тех. акробатических упр.; | 1 | 29.12.17 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять акробатические упр.; Знать: правила игры. Знать: Т.Б. при выполнении тех. челночного бега. | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. | Контроль тех. |  |
| **Каникулы 30.12.17г.-10.01.18г.** | | | | | | |  | | |
| 48. | Строевые упр. ОРУ; Поднимание туловища за 30 сек.; Челночный бег 3х10 (Д) 4х10 (М). Подвижные игры. | Контроль тех. поднимания туловища; Контроль тех челночного бега. Развитие скоростно-силовых качеств. | 1 | 12.01.18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять скоростно-силовые упр. | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |  |  |
| III Четверть | | | | | | | | | | | |
| Лыжная подготовка (16 часов) | | | | | | | | | | | |
| 49. | Т.Б. на уроке по лыжной подготовке; Скользящий шаг (без палок).; Повороты переступанием. | Ознакомить с Т.Б. на уроках по лыжной подготовке; Обучение тех. передвижения скользящим шагом (без палок).Совершенствование тех.поворотов переступанием. | 1 | 15.01.  18 |  | Знать: правила поведения на уроке по лыжной подготовке; Уметь: передвигаться скользящим шагом (без палок); выполнять повороты переступанием. | **Познавательные:** Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.  Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.  Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.  **Коммуникативные:** Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.  Умение объяснить ошибки при выполнении упражнений.  Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.  Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.  **Регулятивные:** Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.  Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.  Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.  Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. | | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Освоение тех. |  |
| 50. | Скользящий шаг (без палок).; Передвижение скользящим шагом (с палками) | Контроль тех. передвижения скользящим шагом (без палок).; Обучение и совершенствование тех. передвижения скользящим шагом (с палками). | 1 | 16.01.  18 |  | Уметь: передвигаться скользящим шагом (без палок).; передвигаться скользящим шагом (с палками). | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | Контроль тех. Освоение тех. |  |
| 51. | Передвижение скользящим шагом (с палками).; Повороты переступанием; Теория | Контроль тех. передвижения скользящим шагом (с палками).; Совершенствование тех. поворотов переступанием. | 1 | 19.01.  18 | 19.01.18 | Уметь: передвигаться скользящим шагом (с палками).; выполнять повороты переступанием. | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. | Контроль тех. Освоение тех. | 19.01-низкий температурный режим.  Изучение теории. Отработка навыков в спортивном зале. |
| 52. | Чередование ступающего и скользящего шага; Эстафеты. Теория. | Обучение тех чередования ступающего и скользящего шага; Способствовать развитию Ф.К. в эстафете. | 1 | 22.01.  18 | 22.01.18 | Научится: тех. чередования ступающего и скользящего шага; Знать: правила эстафеты. | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |  | 22.01-низкий температурный режим.  Изучение теории. Отработка навыков в спортивном зале. |
| 53. | Чередование ступающего и скользящего шага; Повороты переступанием; Теория | Совершенствование тех чередования ступающего и скользящего шага; Контроль тех. поворотов переступанием. | 1 | 23.01.  18 | 23.01.18 | Уметь: выполнять тех. чередования ступающего и скользящего шага; | Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. | Освоение тех. Контроль тех. | 23.01-низкий температурный режим.  Изучение теории. Отработка навыков в спортивном зале. |
| 54. | Подьем скользящим шагом; Спуски с горки в высокой стойке; Подьем «лесенкой» | Обучение и совершенствование тех. подьема скользящим шагом; Спусков в высокой стойке; Подьем «лесенкой» | 1 | 26.01.  18 |  | Научится: тех. подьема скользящим шагом; подьема «лесенкой» Уметь: выполнять спуски в высокой стойке. | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Освоение тех. |  |
| 55. | Подьем скользящим шагом; Спуски с горки в низкой стойке; Подьем «лесенкой».; Торможение «плугом». | Контроль тех. подьема скользящим шагом; Контроль тех. Подьема «лесенкой».; Обучение и совершенствование тех. Спусков в низкой стойке; Торможение«Плугом». | 1 | 29.01.  18 |  | Научится: тех. Торможения «плугом».; Уметь: выполнять подьем скользящим шагом; выполнять спуски в низкой стойке; выполнять подьем «лесенкой». | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | Контроль тех Освоение тех. |  |
| 56. | Спуски с горки в низкой стойке; Подьем «Полу лесенкой».; Торможение «плугом». | Контроль тех. Спусков в низкой стойке; Обучение тех. Подьема «полу лесенкой».; Совершенствование тех. Торможение «плугом» | 1 | 30.01.  18. |  | Уметь: выполнять спуски в низкой стойке; выполнять тех. Торможения «плугом».; Научится: тех. Подьема «полу лесенкой». | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. | Контроль тех Освоение тех. |  |
| 57. | Спуски с горки в высокой стойке; Подьем «Полу лесенкой».; Торможение «плугом». | Контроль тех. Спусков в высокой стойке; Контроль тех торможения «плугом». Контроль тех. Подьема «полу лесенкой».; | 1 | 02.02.  18 |  | Уметь: выполнять спуски в высокой стойке; выполнять тех. торможения «плугом»; выполнять подьем «полу лесенкой». | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Контроль тех. |  |
| 58. | Попеременный двухшажный ход (без палок); Эстафеты | Обучение и совершенствование тех. попеременно двушажного хода; Способствовать развитию Ф.К. в эстафете. | 1 | 05.02.  18 |  | Научится: тех. попеременно двушажного хода (без палок); Знать: правила эстафеты | Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. | Освоение тех. |  |
| 59. | Попеременный двухшажный ход (с палками); Прохождение дистанции 1000м. | Обучение тех. Попеременно двухшажного хода (с палками);. | 1 | 06.02.  18 |  | Уметь передвигаться попеременным двушажным ходом. | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Освоение тех. |  |
| 60. | Попеременный двухшажный ход (с палками); Прохождение дистанции 1000м. | Совершенствование тех. попеременно двухшажного хода; Развитие выносливости. | 1 | 09.02.  18 |  | Уметь: передвигаться попеременным двушажным ходом. | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | Освоение тех. |  |
| 61. | Чередование ступающего и скользящего шага; | Совершенствование и закрепление тех. чередования ступающего и скользящего шага. | 1 | 12.02.  18 |  | Уметь: выполнять чередование ступающего и скользящего шага. | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. | Освоение тех. |  |
| 62. | Попеременный двухшажный ход (с палками); Прохождение дистанции 1500м. | Контроль тех. попеременно двухшажного хода(с палками); Развитие выносливости. | 1 | 13.02.  18 |  | Уметь: передвигаться попеременным двушажным ходом. | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Контроль тех. |  |
| 63. | Чередование ступающего и скользящего шага; | Контроль тех. чередования ступающего и скользящего шага; | 1 | 16.02.  18 |  | Уметь: выполнять чередование ступающего и скользящего шага. | Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. | Контроль тех. |  |
| 64. | Прохождение дистанции 1500м. | Контроль тех. прохождения дистанции 1500м. | 1 | 19.02.  18 |  | Уметь: передвигаться попеременным духшажным ходом; выполнять спуски в низкой и высокой стойке, подьем в горку; | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Контроль тех. |  |
| Подвижные игры с элементами спортивных игр (14 часов) | | | | | | | | | | | |
| 65. | Т.Б. на уроке по подвижным играм.; Строевые упр.; ОРУ; Ведение мяча на месте и в движении; Ловля и передача мяча на месте и в движении. | Повторить Т.Б. на уроках по подвижным играм; Совершенствование тех. ведения мяча; Совершенствование тех.передачи и ловли мяча. | 1 | 20.02.  18 |  | Знать: Т.Б. на уроках по подвижным играм; Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча. | **Познавательные:** Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.  Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.  Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.  **Коммуникативные:** Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.  Умение объяснить ошибки при выполнении упражнений.  Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.  Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.  **Регулятивные:** Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.  Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.  Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.  Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.  Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека. | | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Освоение тех. |  |
| 66. | ОРУ; Ведение мяча на месте и в движении; Ведение мяча с изменением направления; Подвижная игра «Передача мяча в колоннах». | Совершенствование тех. ведения мяча; Совершенствование тех. ведения мяча с изменением направления; Способствовать развитию Ф.К. в игре. | 1 | 23.02.  18 | 26.02.18 | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; Знать: правила игры. | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | Освоение тех. | Объединение тем  Праздничные дни |
| 67. | Ведение мяча с изменением направления; Ловля и передача мяча на месте и в движении; | Совершенствование тех. ведения мяча с изменением направления; Совершенствование тех.передачи и ловли мяча; Способствовать развитию Ф.К. в игре. | 1 | 26.02.  18 | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча; Знать: правила игры. | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. | Освоение тех. |
| 68. | Строевые упр.; ОРУ; Ведение мяча на месте и в движении; Ловля и передача мяча на месте и в движении; | Совершенствование тех. ведения мяча; Совершенствование тех.передачи и ловли мяча; | 1 | 27.02.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять передачи и ловли мяча; | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Освоение тех. |  |
| 69. | Строевые упр.; ОРУ; Ведение мяча с изменением направления; Броски в кольцо двумя руками снизу; Эстафеты | Совершенствование тех. ведения мяча с изменением направления; Совершенствование тех. бросков мяча в кольцо двумя руками снизу; Способствовать развитию Ф.К. в эстафете. | 1 | 02.03.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять броски в кольцо двумя руками; Знать: правила игры. | Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. | Освоение тех. |  |
| 70. | Медленный бег; ОРУ; Броски в кольцо двумя руками снизу; Броски в кольцо одной рукой от плеча; Подвижные игры. | Совершенствование тех. бросков мяча в кольцо двумя руками снизу; Совершенствование тех. бросков мяча одной рукой от плеча; Способствовать развитию Ф.К. в игре. | 1 | 05.03.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски в кольцо двумя руками; выполнять броски мяча в кольцо одной рукой. Знать: правила игры. | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Освоение тех. |  |
| 71. | Броски в кольцо одной рукой от плеча; Ведение мяча на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом; Эстафеты. | Совершенствование тех. бросков мяча одной рукой от плеча; Совершенствование тех. ведения мяча правой и левой рукой; Способствовать развитию Ф.К. в эстафете. | 1 | 06.03.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски мяча в кольцо одной рукой; выполнять ведение мяча правой и левой рукой; Знать: правила в эстафете. | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | Освоение тех. |  |
| 72. | Строевые упр.; ОРУ; Ловля и передача мяча на месте и в движении; Ведение мяча на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом; | Совершенствование тех.передачи и ловли мяча; Совершенствование тех. ведения мяча правой и левой рукой; Способствовать развитию Ф.К. в игре. | 1 | 09.03.  18 | 12.03.18 | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча; выполнять ведение мяча правой и левой рукой; Знать: правила в игры. | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. | Освоение тех. | Объединение тем  выходной день |
| 73. | Медленный бег; ОРУ; Броски в кольцо двумя руками снизу, одной рукой от плеча; | Контроль тех. бросков мяча в кольцо двумя руками снизу; Контроль тех. бросков мяча одной рукой от плеча. | 1 | 12.03.  18 | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски в кольцо двумя руками; выполнять броски мяча в кольцо одной рукой. | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Контроль тех. |
| 74. | Ведение мяча на месте и в движении; Ловля и передача мяча на месте и в движении; Подвижная игра «Попади в мяч» | Совершенствование и закрепление тех. ведения мяча; Совершенствование тех.передачи и ловли мяча; Способствовать развитию Ф.К. в игре. | 1 | 13.03.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять передачи и ловли мяча; Знать: правила игры. | Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. | Освоение тех. |  |
| 75. | Строевые упр.; ОРУ; Ведение мяча с изменением направления; Ловля и передача мяча на месте и в движении; | Контроль тех. ведения мяча с изменением направления; Совершенствование тех.передачи и ловли мяча; | 1 | 16.03.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять передачи и ловли мяча; | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Контроль тех. Освоение тех. |  |
| 76. | Строевые упр.; Ходьба и медленный бег; ОРУ; Эстафеты; Подвижная игра «Снайпер». | Способствовать развитию физических качеств в игре, эстафете. | 1 | 19.03.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Знать: правила игры. | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. |  |  |
| 77. | Ведение мяча на месте и в движении; Ловля и передача мяча на месте и в движении; | Контроль тех ведения мяча на месте и в движении; Совершенствование и закрепление тех.передачи и ловли мяча; | 1 | 20.03.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять передачи и ловли мяча; | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. | Контроль тех. Освоение тех. |  |
| 78. | Ловля и передача мяча на месте и в движении; Ведение мяча на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом; | Контроль тех. передачи и ловли мяча; Контроль тех. ведения мяча правой и левой рукой; | 1 | 02.04.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча; выполнять ведение мяча. | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Контроль тех. |  |
| **Каникулы 21.03.18г.-30.03.18г.** | | | | | | | | | | | |
| IV Четверть | | | | | | | | | | | |
| Подвижные игры с элементами спортивных игр (9 часов) | | | | | | | | | | | |
| 79. | Т.Б. на уроке по подвижным играм; Ведение мяча на месте и в движении; Ловля и передача мяча на месте и в движении; Эстафеты. | Повторить Т.Б. на уроках по подвижным играм; Совершенствование тех.ведения мяча; Совершенствование тех.передачи и ловли мяча; Способствовать развитию Ф.К. в эстафете | 1 | 03.04.  18 |  | Знать: Т.Б. на уроках по подвижным играм; Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять передачи и ловли мяча; Знать: правила игры. | **Познавательные:** Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.  Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.  Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.  **Коммуникативные:** Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.  Умение объяснить ошибки при выполнении упражнений.  Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.  Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.  **Регулятивные:** Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.  Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.  Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.  Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.  Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека. | | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Освоение тех. |  |
| 80. | Строевые упр.; ОРУ; Ведение мяча на месте и в движении; Ведение мяча с изменением направления; Подвижные игры. | Совершенствование и закрепление тех.ведения мяча; Совершенствование тех. ведения мяча с изменением направления; Способствовать развитию Ф.К. в игре | 1 | 06.04.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; Знать: правила игры. | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | Освоение тех. |  |
| 81. | Ведение мяча с изменением направления; Ловля и передача мяча на месте и в движении; | Совершенствование тех. ведения мяча с изменением направления; Совершенствование тех.передачи и ловли мяча; | 1 | 09.04.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять передачи и ловли мяча; | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. | Освоение тех. |  |
| 82. | Ведение мяча на месте и в движении; Ловля и передача мяча на месте и в движении; Подвижные игры. | Контроль тех ведения мяча; Совершенствование тех.передачи и ловли мяча; Способствовать развитию Ф.К. в игре | 1 | 10.04.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять передачи и ловли мяча Знать: правила игры. | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Контроль тех. Освоение тех. |  |
| 83. | Строевые упр.; ОРУ; Ведение мяча с изменением направления; Броски в кольцо двумя руками снизу; | Контроль тех. ведения мяча с изменением направления; Совершенствование тех. бросков мяча в кольцо двумя руками снизу; | 1 | 13.04.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять броски мяча в кольцо двумя руками снизу; | Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. | Контроль тех. Освоение тех. |  |
| 84. | Броски в кольцо двумя руками снизу; Броски в кольцо одной рукой от плеча; Подвижные игры. | Совершенствование и закрепление тех. бросков мяча в кольцо двумя руками снизу; Совершенствование тех. бросков мяча одной рукой от плеча. | 1 | 16.04.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски мяча в кольцо двумя руками снизу; выполнять броски мяча в кольцо одной рукой. | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Освоение тех. |  |
| 85. | Броски в кольцо одной рукой от плеча; Ведение мяча на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом; Эстафеты. | Совершенствование тех. бросков мяча одной рукой от плеча; Совершенствование тех. ведения мяча правой и левой рукой; Способствовать развитию Ф.К. в эстафете | 1 | 17.04.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски мяча в кольцо одной рукой; выполнять ведение мяча правой и левой рукой; Знать: правила в эстафете. | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | Освоение тех. |  |
| 86. | Ловля и передача мяча на месте и в движении; Ведение мяча на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом; | Контроль тех.передачи и ловли мяча; Контроль тех. ведения мяча правой и левой рукой; | 1 | 20.04.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча; выполнять ведение мяча правой и левой рукой. | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. | Контроль тех. |  |
| 87. | Строевые упр.; ОРУ; Броски в кольцо двумя руками снизу; Броски в кольцо одной рукой от плеча; Подвижные игры. | Совершенствование тех. бросков мяча в кольцо двумя руками снизу; Совершенствование тех. бросков мяча одной рукой от плеча; | 1 | 23.04.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски мяча в кольцо двумя руками снизу; выполнять броски мяча в кольцо одной рукой; Знать: правила игры. | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |  |  |
| Лёгкая атлетика и кроссовая подготовка (13часов) | | | | | | | | | | | |
| 88. | Т.Б. на уроках по л/а.; Ходьба и медленный бег; Бег 30м.; Поднимание и опускание туловища за 30сек. | Повторить Т.Б. на уроках по л/а.; Совершенствование тех.бега на 30м. с высокого старта.; Развитие скоростно-силовых качеств. | 1 | 24.04.  18 |  | Знать: правила поведения на уроке по л/а.; Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта 30м.; Выполнять силовые упр. | **Познавательные:** Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.  Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.  Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.  **Коммуникативные:** Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.  Умение объяснить ошибки при выполнении упражнений.  Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.  Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.  **Регулятивные:** Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.  Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.  Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.  Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.  Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека. | | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Освоение тех. |  |
| 89. | Строевые упр.; Ходьба и медленный бег; ОРУ; Бег 30м.; Прыжок в длину с места. | Контроль тех. бега на 30м.; Совершенствование тех. прыжков в длину с места. | 1 | 27.04.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта 30м.; выполнять прыжки в длину с места. | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | Контроль тех. Освоение тех. |  |
| 90. | Строевые упр.; Ходьба и медленный бег; ОРУ; Бег 60м.; Метание малого мяча в цель. | Совершенствование тех бега на 60м.; Совершенствование тех. метания мяча. | 1 | 30.04.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта 60м.; выполнять метание мяча в цель. | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. | Освоение тех. |  |
| 91. | Строевые упр.; Медленный бег; ОРУ; Бег 60м.; Прыжок в длину с места. | Контроль тех. бега на 60м.; Совершенствование тех. прыжков в длину с места. | 1 | 01.05.  18 | 4.05.  18 | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта 60м.; выполнять прыжки в длину с места. | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Контроль тех. Освоение тех. | Объединение тем праздничные дни |
| 92. | Метание малого мяча в цель; Поднимание туловища за 30сек. | Совершенствование тех. метания мяча; Развитие скоростно-силовых качеств. | 1 | 04.05.  18 | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча в цель. | Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. | Освоение тех. |
| 93. | Строевые упр.; Наклон вперед из положения сед на полу; Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.; Бег на 500м. | Совершенствование тех. наклона вперед из положения сед; сгибание и разгибание рук; Развитие скоростно-силовых качеств; Развитие выносливости. | 1 | 07.05.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать на средние дистанции. | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Освоение тех. |  |
| 94. | Строевые упр.; Прыжок в длину с места; Метание малого мяча в цель; | Контроль тех прыжков в длину с места; Контроль тех. метания мяча на результат. | 1 | 08.05.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжки в длину с места; выполнять метание мяча в цель. | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | Контроль тех. |  |
| 95. | Строевые упр.; ОРУ; Прыжок в длину с разбега; Поднимание и опускание туловища за 30сек. | Совершенствование тех. прыжков в длину с разбега; Развитие скоростно-силовых качеств | 1 | 11.05.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжки в длину с разбега. | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. | Освоение тех. |  |
| 96. | М/н мяча 1кг.из положения сидя одной рукой (двумя руками) от плеча; Наклон вперед из положения сед на полу; Отжимание.; | Контроль тех метание набивного мяча 1кг.; Совершенствование тех. наклона вперед из положения сед; сгибание и разгибание рук; | 1 | 14.05.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность. | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Контроль тех. |  |
| 97. | Строевые упр.; Ходьба и медленный бег; ОРУ; Прыжок в длину с разбега; Бег на 500м. | Совершенствование тех. прыжков в длину с разбега; Развитие выносливости. | 1 | 15.05.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжки в длину с разбега; бегать на средние дистанции. | Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. | Освоение тех. |  |
| 98. | Поднимание туловища за 30сек.; Наклон вперед из положения сед на полу; Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.; | Контроль тех. поднимания и опускания туловища; Контроль тех. наклона вперед из положения сед; сгибание и разгибание рук; Развитие скоростно-силовых | 1 | 18.05.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять силовые упр. | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Контроль тех. |  |
| 99. | Ходьба и медленный бег; ОРУ; Прыжок в длину с разбега; Подвижные игры с элементами л/а. | Совершенствование и закрепление тех прыжков в длину с разбега; Способствовать развитию Ф.К. в игре. | 1 | 21.05.  18 |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжки в длину с разбега; Знать: правила игры. | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | Освоение тех. |  |
| 100. | Ходьба и медленный бег; ОРУ; Бег на 100м.; Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.; П/и; | Контроль тех бега на короткие дистанции. сгибание и разгибание рук; Развитие скоростно-силовых |  | 22.05.18. |  | Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать на короткие дистанции; Знать: правила игры. | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Контроль |  |
| 101. | Резервный урок | |  |  |  |  |  |  |  |
| 102. | Резервный урок | |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Класс | 3 |
| Нормативные документы, УМК | Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов Лях.В.И., Зданевич.А.А., Москва «Просвещение» 2011г.  Лях,В.И. Физическая культура: 1-4классы-М.: Просвещение, 2013г.  Мой друг-физкультура. 1-4 классы, под ред. В.И.Лях- М. «Просвещение», 2011г.  Ура, физкультура! 2-4 классы, под ред. Е.Н.Литвинов, Г.И.Погодаев-М. «Просвещение», 2010г. |
| Цель учебной дисциплины |  |
| Количество часов на изучение дисциплины, курса | 102 |
| Основные разделы дисциплины (курса) с указанием отведенных на изучение часов | 1. Лёгкая атлетика и кроссовая подготовка **15 часов** 2. Подвижные игры с элементами спортивных игр **9 часов** 3. Гимнастика с элементами акробатики **24 часа** 4. Лыжная подготовка **16 часов** 5. Подвижные игры с элементами спортивных игр **14 часов** 6. Подвижные игры с элементами спортивных игр **9 часов** 7. Лёгкая атлетика и кроссовая подготовка **13 часов** 8. Резервный урок **2 часа** |

**Аннотация к рабочей программе по предмету «Физическая культура»**