**Календарно-тематическое планирование по предмету «Физическая культура» на 2016-2017 учебный год МБОУ «СШ№16» (3-А, 3-Б, 3-В классы ) ФГОС**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** |  **Дата** |  **Цель, Тема урока** |  **Содержание урока** |  **УУД** |
| план | факт | **Предметные** | **Метапредметные** | **Личностные** |
|  **1 четверть Раздел : «Подвижные игры»- (3ч.)** |
| 1/1 | 3-А3-Б-3-В-01.09 |  | Инструктаж по технике безопасности. *Подвижные игры.* | Инструктаж по технике безопасности. Правила безопасности и поведения на уроке; содержание занятий физической культурой, гигиенические и эстетические требования к комплекту одежды для занятий физкультурой. Строевые команды и распоряжения.  | Знать: выполнение действий по образцу, построение в шеренгу, колонну; соблюдать правила поведения в спортзале; на спортплощадке  | **Регулятивные:** формулировать и удерживать учебную задачу; выбирать действия в соответствии с поставленной учебной задачей **Познавательные:**использовать общие приемы решения поставленных задач; Коммуникативные устанавливать рабочие отношения в группе | Адекватная мотивация учебной деятельности. Знакомство с правилами поведения в спортивном зале; на спортплощадке |
| 2/2 | 3-А3-Б-3-В-05.09 |  | Подвижные игры  | ТБ. ОРУ. Взаимодействие в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных и спортивных играх. Подвижные игры.  | Знать:: выполнение действий по образцу Правила ТБ | Адекватная мотивация учебной деятельности.  |
| 3/3 | 3-А3-Б-3-В-07.09 |  | Развитие скоростных качеств  в подвижных играх  | ТБ. ОРУ. Взаимодействие в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных и спортивных играх. Подвижные игры. Эстафеты | Знать: правила ТБпри проведении подвижных игр  | Адекватная мотивация учебной деятельности.  |
|  |  **Раздел: « Легкая атлетика» - (15 ч.)** |
| 4/1 | 3-А3-Б-3.В-08.09 |  | Разновидностиходьбы и бега | Инструктаж по ТБ. ОРУ. Виды ходьбы с изменением частоты и длины шагов с перешагиванием и преодолением 3-4 препятствий. Бег: в сочетании с ходьбой, с изменением направления, скорости. Игры с бегом, прыжками. |  Знать: правильное выполнение основных движений в ходьбе и беге; сочетание различных видов ходьбы и бега. ТБ. Знать: правила соревнований, иметь представление о темпе, скорости Термин:«стартовый разгон в беге».ТБ. | Регулятивные: определять новый уровень отношений Познавательные: находить необходимую информацию. Коммуникативные устанавливать рабочие отношения, работать в группе. | Осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося |
| 5/2 | 3-А3-Б-3-В-14.09 |  | Спринтерский бег (5час) | ТБ. Строевые упражнения. ОРУ Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением (30 – 40 м) с максимальной скоростью. Старт из различных и.п. Игры. | Освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками |
| 6/3 | 3-А3-Б-3-В-15.09 |  | Спринтерский бег. Высокий старт. | ТБ. Строевые упражнения. ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения.Высокий старт и скоростной бег 2 -3 х20 - 30м. Игры, эстафеты. | Знать: технику высокого старта, Термин: «бег по дистанции» ТБ. | Коммуникативные: сотрудничество со сверстниками Регулятивные: сохранять заданную цель. Познавательные: находить информацию. | Освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками |
| 7/4 | 3-А3-Б-3-В-19.09 |  | Спринтерский бег. Высокий старт | ТБ. Строевые упражнения. ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения.Высокий старт и скоростной бег 2 -3 х20 - 30м Игры, эстафеты. | Знать: технику высокого старта; названия разучиваемых упражнений  |
| 8/5 | 3-А3-Б-3-В-21.09 |  | Спринтерский бег. Финальное усилие.  | ТБ. Строевые упражнения .ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением 2 – 3 серии по 20 – 40 метров. Контроль- бег 30 м. Эстафеты,  | Знать: названия разучиваемых упражнений и основы правильной техники. Термин «финальное усилие».ТБ. |
| 9/6 | 3-А3-Б-3-В-22.09 |  | Развитиескоростных способностей | ТБ. Строевые упражнения . ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Скоростной бег 2х60м- контроль. Игры, эстафеты. | Иметь представление о темпе, скорости и объеме физических упражнений. |
| 10/7 | 3-А3-Б-26.093-В- |  | Прыжки. (4ч.)Развитие скоростно-силовых способностей  | ТБ .СУ. ОРУ в движении. Специальные беговые, прыжковые упражнения. Многоскоки. Прыжок через 2 -4 шага (серийное выполнение отталкивания); Прыжки с места и с разбега . Прыжок через препятствие ( с 5 -7 беговых шагов), Игры, эстафеты. | Знать: технику прыжка в длину с места и с разбега. ТБ. Правила соревнований. | Коммуникативные: эффективно сотрудничать Регулятивные: контролировать свою деятельность. Познавательные: выделять необходимую информацию | Формирование установки на здоровый образ жизни,  |
| 11/8 | 3-А3-Б-3-В-28.09 |  | Прыжок вдлину с разбега. |  ТБ. Строевые упражнения ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения.Прыжки в длину с 5 -7 шагов разбега. Равномерный бег до 6 минут  Игры, эстафеты | Знать: технику прыжка в длину с места и с разбега. ТБ. Правила соревнований. | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 12/9 | З-А3-Б-3-В-29.09 |  | Прыжок в длину с разбега. |  ТБ. ОРУ. Специальные беговые , прыжковые упражнения, многоскоки. Прыжки в длину с разбега на результат. Равномерный бег до 6 мин. Игры, эстафеты. | Знать: технику прыжка в длину с места и с разбега. ТБ. Правила соревнований. |
| 13/10 | 3-А3-Б-3-В03.10 |  | Прыжок в длину с разбега | ТБ. ОРУ. Специальные беговые ,  прыжковые упражнения, многоскоки Прыжки в длину с разбега на результат. Равномерный бег до 6 мин.  Преодоление полосы из 3-4 препятствий Игры, эстафеты. | Знать: названия разучиваемых упражнений и основы правильной техники их выполнения. ТБ. |
| 14\11 | 3-А3-Б-3-В-05.10 |  | Развитиескоростно-силовых физических качеств сМетание (5ч.) малого мяча | ТБ. ОРУ с теннисным мячом. Броски и толчки набивных мячей до 1 кг. Метание на заданное расстояние. Метание т/мяча на дальность с места и с шага. Метание на дальность в «коридоре»5 -6 метров.Игры. | Знать: названия разучиваемых упражнений и основы правильной техники их выполнения. ТБ. Термин: «коридор» | Коммуникативные эффективно сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов. Познавательные: находить информацию.Коммуникативные эффективно сотрудничать Регулятивные: сохранять заданную цель. Познавательные: выделять необходимую информацию | Формирование установки на здоровый образ жизни, |
| 15/12 | 3-А3-Б-3-В-06.10 |  | Метание мяча на дальность. | ТБ. ОРУ с теннисным мячом . Специальные упражнения. Метание в горизонтальную и вертикальную цели (1х1) с расстояния 6 – 8 м Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность. Игры. | Знать названия разучиваемых упражнений и основы правильной техники их выполнения. ТБ. Термин: «коридор» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,  |
| 16/13 | 3-А3-Б-3-В-10.10 |  | Метание мяча на дальность | ТБ. ОРУ с теннисным мячом. Специальные упражнения. Метание в горизонтальную и вертикальную цели (1х1) с расстояния 6 – 8 м  Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность. Игры. | Знать названия разучиваемых упражнений и основы правильной техники их выполнения. ТБ. Термин: «коридор» | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 17\14 | 3-А3-Б-3-В-12.10 |  | Метание мяча а на дальность  |
| 18/15 | 3-А3-Б-3-В13.10 |  |  Метание мяча на дальность  | ТБ. ОРУ с теннисным мячом Специальные упражнения. Метание в горизонтальную и вертикальную цели (1х1) с расстояния 6 – 8 м Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность. Игры. | Знать названия разучиваемых упражнений и основы правильной техники их выполнения. ТБ. Термин: «коридор» | Коммуникативные устанавливать рабочие отношения, Регулятивные: сохранять заданную цель. Познавательные: находить информацию. | Умение слушать собеседника. Учет разных мнений и обосновывать собственное.  |
|  |  **Раздел: « Кроссовая подготовка» -(6 ч.)** |
| 19/1 | 3-А3-Б-3-В-17.10 |  | Бег по пересеченнойместности Развитие выносливости. | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, челночный бег 3х10м; 4х9м; Подвижные игры, эстафеты. Преодоление препятствий и чередование бега и ходьбы *(бег – 80 м, ходьба – 90 м).*  | Знать : воздействие физических упражнений на развитие основных двигательных качеств; восстановление дыхания после нагрузки. ТБ. |  Коммуникативные: эффективно  сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов. Познавательные: находить информацию. |  Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 20/2 | 3-А3-Б-3-В-19.10 |  | Бег по пересеченнойместности Развитие выносливости. |  ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, челночный бег 3х10м; 4х9м; Подвижные игры, эстафеты*.* Преодоление препятствий и чередование бега и ходьбы *(бег – 100 м, ходьба – 70 м).*  ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, челночный бег 3х10м; 4х9м; Подвижные игры, эстафеты. Бег *(8 мин).*с преодолением препятствий и чередованием бега и ходьбы *(бег – 100 м, ходьба – 70 м).* | Знать : воздействие физических упражнений на развитие основных двигательных качеств; восстановление дыхания после нагрузки. ТБ.Знать : воздействие физических упражнений на развитие основных двигательных качеств; восстановление Дыхания после нагрузки. ТБ |
| 21/3 | 3-А3-Б-3-В-20.10 |  | Бег по пересеченнойместности Развитие выносливости. | **Коммуникативные** договариваться в отношении целей и способов действия, распределения функций и ролей в совместнойдеятельности;**Регулятивные:** корректировать выполнение задания в соответствии с планом , результатом действий на определенном этапе.Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;**Познавательные:** определение основной и второстепенной информации. | Формирование познавательного интереса к новому |
| 22/4 | 3-А3-Б-3-В-24.10 |  | Бег по пересеченнойместности Развитие выносливости. |  ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, челночный бег 3х10м; 4х9м; Подвижные игры, эстафеты. Бег *(8 мин).*с преодолением препятствий и чередованием бега и ходьбы *(бег – 100 м, ходьба – 70 м).*  | Проявление активности, стремление к получению новых знаний |
| 23/5 | 3-А3-Б-3-В-26.10 |  | Бег по пересеченнойместности Развитие выносливости. |  ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, челночный бег 3х10м; 4х9м; Подвижные игры, эстафеты. Бег (9мин.*).*с преодолением препятствий и чередованием бега и ходьбы *(бег – 100 м, ходьба – 70 м).* | Знать : воздействие физических упражнений на развитие основных двигательных качеств; восстановление дыхания после нагрузки. ТБ. |
| 24/6 | 3-А3-Б-3-В-27.10 |  | Бег по пересеченнойместности Развитие выносливости..  | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ Специальные беговые, прыжковые упражнения,. 1000м без учета времен; подвижные игры, эстафеты. | Формирование познавательного интереса к новому.  |
|  **II четверть Раздел: « Гимнастика» - (18 ч.), «Подвижные игры» - (3 ч.)** |
| 25/1 | 3-А3-Б-07.113-В-07.11 |  | Правила поведения на уроках гимнастики. Освоение строевых упражнений | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега . Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». ОРУ. Корригирующие упражнения. Игры на развитие внимания.  | Знать: правила поведения на занятиях гимнастикой ТБ. «Самостраховка.» | Коммуникативные эффективно сотрудничать**Регулятивные:**выбор эффективных способов решения учебных задач осуществлять анализ выполненных действий; Познавательные: определение основной и второстепенной информации. | Формирование познавательного интереса к новому.  |
| 26/2 | 3-А3-Б-3-В-09.11 |  | Акробатика ( 7час.) |  ТБ. Разновидности ходьбы и бега Выполнение строевых команд. ОРУ. Корригирующие упражнения. Перекат вперёд –назад в упор Кувырок вперёд; стойка на лопатках согнув ноги; из стойки на лопатках согнув ноги, перекат вперёд в упор присев; кувырок в сторону. Игры. | Знать: выполнение строевых команд, акробатических элементов .ТБ. «Самостраховка.» | Активное  включение в процесс выполнения заданий  |
| 27/3 | 3-А3-Б-3-В-10.11 |  | АкробатикаРазвитие гибкости |  ТБ. Разновидности ходьбы и бега Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». ОРУ. Корригирующие упражнения. Перекат вперёд –назад в упор Кувырок вперёд; стойка на лопатках согнув ноги; из стойки на лопатках согнув ноги, перекат вперёд в упор присев; кувырок в сторону. Игры. | Знать: выполнение строевых команд, акробатических элементов .ТБ. «Самостраховка.» | Коммуникативные эффективно сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов. Познавательные: находить информацию. | Развитие этическихчувств: доброжелательности и  отзывчивости |
| 28/4 | 3-А3-Б-3-В-14.11 |  | АкробатикаРазвитие гибкости | ТБ. Строевые упражнения. Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!».  Разновидности ходьбы и бега Корригирующие упражнения. ОРУ с гимнастической палкой.Перекаты и группировка с последующей опорой руками. 2–3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. «Мост» из положения лежа на спине. Игры...  | Знать: выполнение строевых команд, акробатических элементов .ТБ. Термин: «Самостраховка.» | Коммуникативные эффективно сотрудничать**Регулятивные:**выбор эффективных способов решения учебных задач ;осуществлять анализ выполненных действий; Познавательные: определение основной и второстепенной информации. | Развитие самостоятельности и личной ответственности засвои поступки на основе представлений о нравственных нормах |
| 29/5 | 3-А3-Б-3-В-16.11 |  | АкробатикаРазвитие гибкости | Учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.. |
| 30/6 | 3-А3-Б-3-В-17.11 |  | АкробатикаРазвитие гибкости | Коммуникативные:  с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять упражнения. |
| 31/7 | 3-А3-Б-3-В-21.11 |  | АкробатикаРазвитие гибкости |
| 32\8 | 3-А3-Б-3-В-23.11 |  | АкробатикаРазвитие гибкости |
| 33/9 | 3-А3-Б-3-В-24.11 |  | Освоение висов и упоров,  ( 5 час.)  | ТБ. Строевые упражнения. Разновидности ходьбы и бега. Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга ОРУ с обручамиУпражнения в висе стоя и лёжа В висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног; Вис на согнутых руках; Подтягивание в висе лёжа,Упражнения в упоре : лёжа от гимнастической скамейке.Подвижная игра. | Знать: технику выполнения висов и упоров ТБ.Термин: «Самостраховка.» | **Коммуникативные:**выражать творческое отношение к выполнению заданийРегулятивные: осуществлять анализ выполненных действий;Познавательные: уметь выполнять гимнастические упражнения. | Развитие этических чувств,  доброжелательности эмоционально- нрав­ственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности засвои поступки на Развитие мотивов учебной деятельности иосознание личностного смыслаучения,  Внутренняя позиция школьника на основеположительного отношения к выполнению учебных задачСпособностьучеников к саморазвитию. |
| 34/10 | 3-А3-Б-3-В-28.11 |  | Освоение висов и упоров   |
| 35\11 | 3-А3-Б-3-В-30.11 |  | Освоение висов и упоров   |
| 36/12 | 3-А3-Б-3-В-01.12 |  | Висы и упоры. Контроль завыполнениемвисов и упоров | ТБ. Размыкание и смыкание приставными шагами; перестроение из колонны по 1 в колонну по 2, из одной шеренги в две; передвижение в колонне по 1 на указанные ориентиры; команда: «На два, четыре шага- разомкнись!» ОРУ.Упражнения в висе стоя и лёжа .В висе спиной к гимнастической стенке, поднимание согнутых и прямых ног; Вис на согнутых руках; подтягивание в висе лёжа; Упражнения в упоре лёжа, от гимнастической скамейки | Знать: технику выполнения висов и упоров ТБ. «Самостраховка.» | **Коммуникативные:**договариваться в отношении целей и способов действия, **Регулятивные:** самостоятельно планировать,контролировать корректировать и оценивать свою работу., осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики;Планировать свои действия при выполнении комплексов упражнений с предметами и без;адекватно воспринимать оценку учителя;оценивать правильность выполнения Познавательные: определение основной и второстепенной информации. |
| 37/13 | 3-А3-Б-3-В-05.12 |  | Висы и упоры. Строевыеупражнения.Контроль завыполнениемвисов и упоров |
| 38/14 | 3-А3-Б-3-В-07.12 |  | Освоениенавыков лазанья и перелезания, ( 5 час.),. | ТБ. Размыкание и смыкание приставными шагами; перестроение из колонны по 1 в колонну по 2, из одной шеренги в две; передвижение в колонне по 1 на указанные ориентиры; команда: «На два, четыре шага- разомкнись!» Разновидности ходьбы и бега .ОРУ . Лазанье :по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях; по гимнастической стенки с одновременным перехватом рук и перестановкой ног; Перелезание через гимнастическое бревно, гимнастического коня, козла (высота 60 см.); Лазанье по канату. Игры с преодолением препятствий  | Знать: технику  преодоления  различных препятствий ТБ. «Самостраховка.» |
| 39/15 | 3-А3-Б-3-В-08.12 |  | Освоениенавыков лазанья и перелезания,,. |
| 40/16 | 3-А3-Б-3-В-12.12 |  | Освоениенавыков лазанья и перелезания,. |
| 41/17 | 3-А3-Б-3-В-14.12 |  | Освоение навыков впреодоленииполосыпрепятствий | ТБ. Разновидности ходьбы и бега ОРУ..со скакалкой, прыжки.Упражнения в висах, упорах. Лазанье.Игры с преодолением препятствий | Знать: технику выполнения висов и упоров ТБ. «Самостраховка.» | **Коммуникативные:** эффективно сотрудничать **Регулятивные:** осуществлять анализ выполненных действий;Познавательные: на- ходить информацию. | Учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики. |
| 42/18 | 3-А3-Б-3-В-15.12 |  | Освоение навыков впреодоленииполосыпрепятствий.   | ТБ. Разновидности ходьбы и бега .ОРУ со скакалкой, прыжки.Упражнения в висах, упорах. Лазанье.Игры с преодолением препятствий | Знать: технику выполнения висов и упоров ТБ. «Самостраховка.» | Коммуникативные эффективно сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов. Познавательные: находить информацию. | Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе. Способностьучеников к саморазвитию. |
|  |  **Раздел:** « **Подвижные игры**» **- (3ч.** ) |
| 43/1 | 3-А3-Б-3-В-19.12 |  | ПодвижныеигрыРазвитие двигательныхкачеств | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега .ОРУ. Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.  | Знать: правила подвижных игр с бегом, прыжками, метаниями | **Коммуникативные:**распределения функций и ролей в совместнойдеятельности;**Регулятивные:** осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий адекватно воспринимать оценку учителя;Познавательные: определение основной и второстепенной информации. | Учебно-познавательный интерес к подвижным играм |
| 44/2 | 3-А3-Б-3-В-21.12 |  | Подвижные игры Развитие двигательныхкачеств | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега .ОРУ. Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.  | Знать: правила подвижных игр с бегом, прыжками, метаниями | Учебно-познавательный интерес к подвижным играм |
| 45/3 | 3-А3-Б-3-В-22.12 |  | ПодвижныеигрыРазвитие двигательныхкачеств | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега .ОРУ. Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.  | Знать: правила подвижных игр с бегом, прыжками, метаниями | Познавательный интерес к подвижным играм |
|  **III четверть** **« Подвижные игры» -(9 ч.) «Подвижные игры с элементами волейбола» -(9 ч.) «Подвижные игры с элементами баскетбола» - (9 ч.)** **«Подвижные игры с элементами футбола» - (4ч.)** |
| 46\1 | 3-А3-Б-11.013-В-11.01 |  | Подвижныеигры Развитие двигательныхкачествигры | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега ОРУ. Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.  | Знать: правила подвижных игр с бегом, прыжками, метаниями | Коммуникативные эффективно сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов. Познавательные: находить информацию. | Учебно-познавательный интерес к подвижным играм |
|  |
| 47/2 | 3-А3-Б-12.013-В- |  | ПодвижныеигрыРазвитие двигательныхкачеств | ТБ. Разновидности ходьбы и бега ОРУ. Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.  | Знать: правила подвижных игр с бегом, прыжками, метаниями | Коммуникативные эффективно сотрудничать**Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов. Познавательные: находить информацию. | Учебно-познавательный интерес к подвижным играм |
| 48/3 | 3-А3-Б-16.013-В- |  | Подвижныеигры Развитие двигательныхкачеств | ТБ. Разновидности ходьбы и бега ОРУ. Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.  | Знать: правила подвижных игр с бегом, прыжками, метаниями | Учебно-познавательный интерес к подвижным играм |
|  49/4 | 3-А3-Б-18.013-В- |  | Подвижные игры  | ТБ. Разновидности ходьбы и бега ОРУ. Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.  | Знать: правила подвижных игр с бегом, прыжками, метаниями | **Коммуникативные:**распределения функций и ролей в совместнойдеятельности;**Регулятивные:** осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий адекватно воспринимать оценку учителя;Познавательные: определение основной и второстепенной информации. | Навыки сотрудничества в разных ситуациях,умение находить правильное решение |
| 50\5 | 3-А 3-Б-19.013-В- |  | Подвижные игры  | ТБ. Разновидности ходьбы и бега ОРУ. Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.  | Знать: правила подвижных игр с бегом, прыжками метанием |
| 51\6 | 3-А3-Б-23.013-В- |  | Подвижныеигры  | ТБ. Разновидности ходьбы и бега ОРУ. Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.  | Знать: правила подвижных игр с бегом, прыжками, метаниями |
| 52/7 | 3-А3-Б-25.013-В- |  | Подвижные игры  | ТБ. Разновидности ходьбы и бега ОРУ. Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.  | Знать: правила подвижных игр с бегом, прыжками, метаниями | Навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение находить правильное решениеЭтические чувства,: доброжелательностьэмоционально-нравственная отзывчивость |
| 53/8 | 3-А3-Б-26.013-В- |  | Подвижные игры  | ТБ. Разновидности ходьбы и бега ОРУ. Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.  | Знать: правила подвижных игр с бегом, прыжками, метаниями |
| 54/9 | 3-А3-Б-30.013-В- |  | Подвижные игры  | ТБ. Разновидности ходьбы и бега ОРУ. Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.  | Знать: правила подвижных игр с бегом, прыжками, метаниями |
|  |  **Волейбол-9ч.** |
| 55/1 | 3-А3-Б-01.023-В- |  | Подвижныеигры на основе волейбола | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ с мячом. Передача мяча в парах, на месте и в движении. Эстафеты с мячом; Игра в «Мяч в воздухе» по упрощённым правилам, «Снайперы», «Охотники и утки», «Перебежка» . Развитие координационных способностей | Знать: правиласоревнований. ТБ. | Коммуникативные эффективно сотрудничать**Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов. Познавательные: находить информацию. | Навыки сотрудничества в разных ситуациях,умение находить правильное решениеНавыки сотрудничества в разных ситуациях, умение находить правильное решениеЭтические чувства,: доброжелательностьэмоционально-нравственная отзывчивость |
| 56\2 | 3-А3-Б-02.023-В- |  | Подвижные игры наоснове волейбола | ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ с мячом. Передача мяча в парах, на месте и в движении; Подбрасывание и подача мяча; прием мяча снизу 2-мя руками; передача мяча сверху 2-мя руками; нижняя прямая подача; передача мяча через сетку (передача 2-мя руками сверху, кулаком снизу); Игры.  |
| 57/3 | 3-А3-Б-06.023-В- |  | Подвижныеигры на основеволейбола |
| 58/4 | 3-А3-Б-08.023-В- |  | Подвижные игры на основе волейбола | ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ с мячом. Передача мяча в парах, на месте и в движении; Подбрасывание и подача мяча; прием мяча снизу 2-мя руками; передача мяча сверху 2-мя руками; нижняя прямая подача; передача мяча через сетку (передача 2-мя руками сверху, кулаком снизу); Игры.  (передача 2-мя руками сверху, кулаком снизу); Игры.  | Знать: правиласоревнований. ТБ.Знать: правиласоревнований. ТБ. | Коммуникативные эффективно сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов. Познавательные: находить информацию. | Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к заданиям Способность учеников к саморазвитию |
| 59/5 | 3-А3-Б-09.023-В- |  | Подвижные игры на основеволейбола |
| 60/6 | 3-А3-Б-13.023-В- |  | Подвижные игры на основеволейбола | ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ с мячом. Передача мяча в парах, на месте и в движении; Подбрасывание и подача мяча; прием мяча снизу 2-мя руками; передача мяча сверху 2-мя руками; нижняя прямая подача; передача мяча через сетку (передача 2-мя руками сверху, кулаком снизу); Игры.  | Знать: правиласоревнований. ТБ. | **Коммуникативные:**распределения функций и ролей в совместнойдеятельности;**Регулятивные:** осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий адекватно воспринимать оценку учителя;Познавательные: определение основной и второстепенной информации. | Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к заданиям Способность учеников к саморазвитиюМотивация учебной деятельности (унНачальные навыки адаптации в динамично изменяющихсяситуациях |
| 61\7 | 3-А3-Б-15.023-В- |  | Подвижные игры на основеволейбола |
| 62/8 | 3-А3-Б-16.023-В- |  | Подвижные игры на основеволейбола | ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ с мячом. Передача мяча в парах, на месте и в движении; Подбрасывание и подача мяча; прием мяча снизу 2-мя руками; передача мяча сверху 2-мя руками; нижняя прямая подача; передача мяча через сетку (передача 2-мя руками сверху, кулаком снизу); Контроль за выполнением элементов . Игры .  |
| 63/9 | 3-А3-Б-20.023-В- |  | Подвижные игры на основе волейболаКонтроль |
|  |  **Баскетбол-9 ч.** |
| 64/1 | 3-А3-Б-22.023-В- |  | Подвижныеигры на основе баскетбола | Инструктаж ТБ. Строевые упражн.Разновидности ходьбы и бега .ОРУ. с мячом. Ловля и передача мяча на месте и в движении: низко летящего и летящего на уровне головы.Передача мяча( снизу, от плеча, от груди);Ведение на месте правой *(левой)* рукой и в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками (от груди, снизу ,от плеча) на месте, в щит; Бросок по кольцу. Игры: «Охотник- утки», «Не давай мяч водящему», «Гонка мячей по кругу»; эстафеты с мячом.Мини- баскетбол. | Знать: правиласоревнований. ТБ. | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать.Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и партнеров, видеть ошибку и исправлять ее по указаниюПознавательные: уметь выполнять элементы баскетбола. | Развитие самостоятельности и личной ответственности засвои поступки на основе представлений о нравственных нормах, Навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разныхсоциальных ситуацияхНачальные навыки адаптации в динамично изменяющихсяСамооценка на основе критериев успешной учебной деятельности |
| 65/2 | 3-А3-Б-27.023-В- |  | Подвижные игры на основебаскетбола |
| 66/3 | 3-А3-Б-01.033-В- |  | Подвижные игры на основебаскетбола |
| 67/4 | 3-А3-Б-02.033-В- |  | Подвижные игры на основебаскетбола |
| 68/5 | 3-А3-Б-06.033-В- |  | Подвижные игры на основебаскетбола |
| 69/6 | 3-А3-Б-09.033-В-.03 |  | Подвижные игры на основебаскетбола |
| 70/7 | 3-А3-Б-13.033-В- |  | Подвижные игры на основебаскетбола |
| 71\8 | 3-А3-Б-15.033-В- |  | Подвижные игры на основебаскетбола  | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега .ОРУ. с мячом. Ловля и передача мяча на месте и в движении( от плеча, снизу, от груди) Ведение на месте правой *(левой)* рукой и в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди в щит. Бросок по кольцу. Контроль.Игры, эстафеты с мячом.Мини-баскетбол. | Знать: правиласоревнований. ТБ.. | Коммуникативные эффективно сотрудничать**Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов.Познавательные: находить информацию. | Самооценка на основе критериев успешной учебной деятельностиНавыки сотрудничества в разных ситуациях,умение находить правильное решение |
| 72/9 | 3-А3-Б-16.033-В- |  | Подвижные игры на основебаскетболаКонтроль |
|  |  **Футбол- 4 ч.** |
| 73/1 | 3-А3-Б-20.033-В- |  | Подвижные игры на основефутбола | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ с мячом. . Ведение мяча и с обводкой предметов; эстафеты с ведением мяча, с передачей мяча партнеру; Удар внутренней стороной стопы («щечкой») по неподвижному мячу с места, с 1-2 шагов; по мячу, катящемуся навстречу; удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу;..Подвижные игры. Игра в футбол по упрощённым правиламКонтроль за выполнением элементов футбола. | Знать: правиласоревнований. ТБ. | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения.Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и партне­ров, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: уметь выполнять технические элементы футболавзрослого.  | Самооценка на основе критериев успешной учебной деятельностиНавыки сотрудничества в разных ситуациях,умение находить правильное решениеНачальные навыки адаптации в динамично изменяющихсяситуациях |
| 74/2 | 3-А3-Б-22.033-В- |  | Подвижные игры на основефутбола |
| 75/3 | 3-А3-Б-23.033-В- |  | Подвижные игры на основефутбола |
| 76/4 | 3-А3-Б-.033-В- |  | Подвижные игры на основефутбола |
|  |  **IV четверть Разделы:** **« Кроссовая подготовка» -(9 ч.) « Легкая атлетика» - (12 ч.)**  |
|  |  **Кроссовая подготовка- 9 ч.** |
|  77/1 | 3-А3-Б-03.043-В- |  | Преодоление препятствийРазвитие выносливостисти. | ТБ. ОРУ в движении. Специальные упражнения. Преодоление полосы препятствий с использованием бега, ходьбы, прыжков, лазанием и перелезанием. Игры с преодолением препятствий. | Знать: правильное выполнение основных движений в ходьбе и беге. Сочетание различных видов ходьбы и бега. ТБ. Правила соревнований. | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения.**Регулятивные:** принятие учебной задачи, работа по плану, оценка**Познавательные:** формирование навыка систематического наблюдения   | Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательностивзаимопомощи и сопереживания |
| 78/2 | 3-А3-Б-3-В-05.04 |  | Развитие выносливости. |
| 79/3 | 3-А3-Б-3-В-06.04 |  | Развитие выносливости. | ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ в движении. Специальныеупражнения. Разнообразные прыжки, многоскоки. Переменный бег – 3 минут в чередовании с ходьбой.Игры. | Знать:. сочетание различных видов ходьбы и бега. ТБ. Правила соревнований.  | Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к заданиям Способность учеников к саморазвитиюВнутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к заданиям  |
| 80/4 | 3-А3-Б-3-В-10.04 |  | Бег по пересеченнойместности. |
| 81/5 | 3-А3-Б-12.043-В- |  | Бег по пересеченнойместности | ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, челночный бег 3х10м; 4х9м; Подвижные игры, эстафеты. Бег *(6 мин).* с преодолением препятствий и чередованием бега и ходьбы *(бег – 80 м, ходьба – 90 м).*  |
| 82/6 | 3-А3-Б-3-В-13.04 |  | Бег по пересеченнойместности | ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, челночный бег 3х10м; 4х9м; Подвижные игры, эстафеты. Бег *(7 мин).* с преодолением препятствий и чередованием бега и ходьбы *(бег – 80 м, ходьба – 90 м).*  | Знать: правильное выполнение основных движений в ходьбе и беге. Сочетание различных видов ходьбы и бега. ТБ. Правила соревнований. | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения.**Регулятивные:** принятие учебной задачи, работа по плану, оценка**Познавательные:** формирование навыка систематического наблюдения за показателями основных физических качеств ( выносливости  |
| 83/7 | 3-А3-Б-17.043-В- |  | Бег по пересеченнойместности | ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, челночный бег 3х10м; 4х9м; Подвижные игры, эстафеты. Бег *(8 мин).* с преодолением препятствий и чередованием бега и ходьбы *(бег – 80 м, ходьба – 90 м).*  |
| 84/8 | 3-А3-Б-19.043-В- |  | Бег по пересеченнойместности | ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, челночный бег 3х10м; 4х9м; Подвижные игры, эстафеты. Бег *(9 мин).* с преодолением препятствий и чередованием бега и ходьбы *(бег – 100 м, ходьба – 70 м).*  | Знать: правильное выполнение основных движений в ходьбе и беге. Сочетание различных видов ходьбы и бега. ТБ. Правила соревнований. | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения.**Регулятивные:** принятие учебной задачи, работа по плану, оценка**Познавательные:** формирование навыка систематического наблюдения за показателями основных физических качеств ( выносливости  | Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях |
| 85/9 | 3-А3-Б-3-В-20.04 |  | Бег по пересеченнойместности |
| 86\10 | 3-А3-Б-24.043-В- |  | Бег по пересеченнойместности | ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Бег 1000м ; Игры,  |
|  |  **Легкая атлетика-12 ч.** |
| 87\1 | 3-А3-Б-26.043-В- |  | Спринтер- ский бег Развитие скоростных способностей( 4час.) | ТБ. Комплекс ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Высокий старт с пробеганием отрезков от 10 – до 15 метров с изменением скорости,. Бег с ускорением 2х30 м .Игры, эстафеты. | Знать: понятия «эстафета», «старт», «финиш». ТБ.  Правила соревнований.  | Коммуникативные эффективно сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов.Познавательные: находить информацию. | Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями ; |
|  88/2 | 3-А3-Б-27.043-В- |  | Спринтер- ский бегРазвитие скоростных способностей  | ТБ. Разновидности ходьбы. и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, Бег 30м; повторный бег 2х20м, 2х30м, 2х50м; Бег на результат *(30,м)*   | Знать: понятия «эстафета», «старт», «финиш». ТБ. | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения.**Регулятивные:** принятие учебной задачи, работа по плану, оценка**Познавательные:** формирование навыка систематического наблюдения за показателями основных физических качеств ( быстрота)  | Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к заданиям Способность учеников к саморазвитию |
| 89/3 | 3-А3-Б-03.053-В- |  | Спринтер- ский бегРазвитие скоростных способностей  | ТБ. Разновидности ходьбы. и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, Бег 30м; повторный бег 2х20м, 2х30м, 2х60 м; Бег на результат *(30,м) ( 60м).*..  | Знать: правильное выполнение основных движений в ходьбе и беге. Сочетание различных видов ходьбы и бега. ТБ. Правила соревнований. |
| 90/4 | 3-А3-Б-04.053-В- |  |
| 91/5 | 3-А3-Б-11.053-В- |  | Разновидностипрыжков Развитие скоростно-силовых качеств(4час.) | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения Прыжки в длину с места; прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»(отталкивание, приземление);Игры .эстафеты. | Знать: правильное выполнениеосновныхдвижений в ходьбе , беге., прыжках Сочетание различных видов ходьбы и бега.Виды прыжков. ТБ. Правила соревнований. | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения.**Регулятивные:** объективно оценивать свои учебные достижения, **Познавательные:** формирование навыка систематического наблюдения за показателями основных физических качеств Формирование навыка систематического наблюдения за величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.); | Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к заданиям Способность учеников к саморазвитию |
| 92/6 | 3-А3-Б-15.053-В- |  | Разновидностипрыжков | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения Прыжки в длину с места; прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»(отталкивание, приземление);Игры .эстафеты. |
| 93/7 | 3-А3-Б-17.053-В- |  | Разновидностипрыжков |
| 94/8 | 3-А3-Б-18.053-В- |  | Разновидностипрыжков | Знать: правильное выполнение основных движений впрыжках | Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями ; |
| 95/9 | 3-А3-Б-22.053-В- |  | Метаниемалогомяча (4час.) Развитие скоростно-силовых качеств.  | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Упражнения для метаний. Метание мяча в вертикальную и горизонтальную цели (9м); метание,мяча на дальность; Метание малого мяча с места на заданное расстояние и с разбега на дальность в «коридор» 10мТолкание набивного мяча 1кг . Подвижные игры с элементами метаний. . | Знать: правильное выполнениеосновныхдвижений в метании. ТБ. Правила соревнований. | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения.**Регулятивные:** объективно оценивать свои учебные достижения, **Познавательные:** формирование навыка систематического наблюдения за показателями основных физических качеств систематического наблюдения за величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.); | Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к заданиям Способность учеников к саморазвитию |
| 96/10 | 3-А3-Б-24.053-В- |  | Метание малого мяча | Знать: правильное выполнениеосновныхдвижений в метании. ТБ. Правила соревнований. | Развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; |
| 97\11  | 3-А3-Б-25.053-В- |  | Метание малого мяча |
|  |  |  |  |