Принято
на заседании МО
протокол № 1
28 08 20 18 г.

Проверено
зам директора по УВР
Шалухина
28 08 2018 г.

Календарно-тематическое планирование

по физической культуре

уровень: базовый
класс 3
количество часов на учебный год 102
количество часов в неделю 3

№	Название изучаемой темы			контроль	Характеристика основных видов деятельности		
Тема, количество часов							
	Дата	Тема урока	Тип урока	Форма контроля	Требования к результатам (предметные и метапредметные		Информационное сопровождение, цифровые электронные образовательные ресурсы
					Учащийся научится	Учащийся сможет научиться	
1		Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Строевые упражнения .	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по легкой атлетике. Совершенствование техники бега на 30 метров с высокого старта.	Медленный бег. О.Р.У. Высокий старт. Бег 30 м.	Правила поведения на уроке по легкой атлетике; выполнять комплекс ОРУ; бегать 30 метров.	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 объяснять	
2		Строевые упражнения . Медленный бег.	Развитие выносливости, совершенствование техники бега на 30 метров.	О.Р.У. Высокий старт. Бег 30 м.	выполнять комплекс ОРУ; бегать 30 метров.		
3		Строевые упражнения . Медленный бег	Развитие выносливости, совершенствование техники прыжков в	О.Р.У. Бег до 4 мин. Прыжок в длину с места.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с места.		

			длину с места.			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	
4		Строевые упражнения . Метание мяча на дальность.	Обучение технике метание мяча на дальность, развитие выносливости.	О.Р.У. Метание мяча на дальность. Многоскоки с ноги на ногу.	выполнять комплекс ОРУ; техника метания мяча на дальность.		
5		Строевые упражнения . Медленный бегМетание мяча на дальность.	Развитие выносливости, совершенствование техники метания мяча на дальность.	О.Р.У. Бег до 4 мин. Метание мяча на дальность.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность.		
6		Строевые упражнения . Медленный бег. Прыжок в длину с разбега.	Развитие выносливости, совершенствование техники прыжков в длину с разбега.	О.Р.У. Многоскоки с ноги на ногу. Прыжок в длину с разбега.	выполнять комплекс ОРУ; прыгать в длину с разбега.		
7		Строевые упражнения . Бег 30 м.	Учёт техники бега с высокого старта на 30 метров	Медленный бег. О.Р.У. Бег до 4 мин. Бег 30 м.	выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта 30 метров.		
8		Строевые упражнения . Медленный бег. Метание мяча на	Учет техники прыжков в длину с места, совершенствование техники метания мяча на дальность.	О.Р.У. Прыжок в длину с места. Метание мяча на дальность.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с места выполнять метание мяча на дальность.		

		дальность.				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.	
9		Многоскоки с ноги на ногу. Прыжок в длину с разбега.	Развитие выносливости, совершенствование техники прыжков в длину с разбега.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину с разбега.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с разбега.		
10		Строевые упражнения. Бег на 500 м.	Развитие скоростно-силовых качеств, учет бега на выносливость.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Наклон вперед из положения сед на полу; сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Бег на 500 м.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять силовые упражнения.		
11		Строевые упражнения. Прыжок в длину с разбега.	Развитие выносливости, учет техники прыжков в длину с разбега.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег до 4 мин. Прыжок в длину с разбега.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с разбега.		
12		Прыжок в длину с места. Метание мяча на дальность.	Совершенствование техники прыжков в длину с места, учет техники метания мяча на дальность.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину с места. Метание мяча на дальность.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с места; выполнять метания мяча на дальность.		
13		Строевые упражнения. Бег 30 м.	Учет техники бега на 30 метров,	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег 30 м. Многоскоки с	выполнять комплекс ОРУ; бегать 30 метров.		

		Многоскоки с ноги на ногу.	развитие выносливости.	ноги на ногу.			
14		Строевые упражнения. Подвижная игра с элементами легкой атлетики.	Развитие скоростно-силовых качеств, способствовать развитию физических качеств в игре.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Наклон вперед из положения сед на полу; сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Подвижная игра с элементами легкой атлетики.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять силовые упражнения.		
15		Строевые упражнения. Медленный бег. Бег 1500 м.	Учет бега на выносливость.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег 1500 м.	выполнять комплекс ОРУ; Бегать на средние дистанции.		
16		Т.Б. на уроке по подвижным играм. Строевые упражнения. Эстафета	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по подвижным играм. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Эстафета	Правила поведения на уроке по подвижным играм. выполнять комплекс ОРУ. 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.	
17		Строевые упражнения.	Совершенствование техники передачи и	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Удары мяча о пол и	выполнять комплекс ОРУ; выполнять		

		Медленный бег. Ловля и передача мяча в движении. Подвижная игра «Попади в мяч».	ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	ловля его одной рукой. Ловля и передача мяча в движении. Подвижная игра «Попади в мяч».	передачу и ловлю мяча. Правила игры;	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании Упражнений. Умение объяснять 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,	
18		Строевые упражнения. Ловля и передача мяча в движении. Эстафета.	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ловля мяча отскочившего от пола. Ловля и передача мяча в движении. Эстафета.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча. Правила игры;		
19		Строевые упражнения. Передача и ловля мяча на месте в парах. Подвижная игра «Попади в мяч».	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Удары мяча о пол и ловля его одной рукой. Передача и ловля мяча на месте в парах. Подвижная игра «Попади в мяч».	выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча. Правила игры;		
20		Строевые упражнения. Эстафета. Подвижная	Совершенствование техники ловли мяча. Способствовать	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять ловлю мяча. Правила		

		игра «Попади в мяч».	ь развитию физических качеств в игре и эстафете.	Эстафета. Подвижная игра «Попади в мяч».	игры;	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	
21		Строевые упражнения . Удары мяча о пол и ловля его одной рукой. Эстафета	Совершенствование техники ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ловля мяча отскочившего от пола. Удары мяча о пол и ловля его одной рукой. Эстафета	выполнять комплекс ОРУ; выполнять ловлю мяча. Правила игры;		
22		Строевые упражнения . Забрасывание мяча в корзину. Подвижная игра «Метко в цель».	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Обучение технике бросков мяча в корзину. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Передача и ловля мяча на месте в парах. Забрасывание мяча в корзину. Подвижная игра «Метко в цель».	выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловлю мяча. Научиться технике бросков мяча в корзину. Знать правила игры;		
23		Строевые упражнения . Эстафета. Подвижная игра «Метко в цель».	Совершенствование техники ловли мяча. Способствовать развитию физических	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. Эстафета. Подвижная игра «Метко в цель».	выполнять комплекс ОРУ; выполнять ловлю мяча. Знать правила игры;		

			качеств в игре и эстафете.			красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.	
24		Строевые упражнения. Передача и ловля мяча на месте в парах. Эстафета	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ловля мяча отскочившего от пола. Передача и ловля мяча на месте в парах. Эстафета	выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловлю мяча. Знать правила игры;		
25		ТБ на уроке по гимнастике. Строевые упражнения. Акробатические упражнения. Прыжки через скакалку.	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по гимнастике. Обучение технике выполнения акробатических упражнений. Развитие скоростно-силовых качеств.	ТБ на уроке по гимнастике. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения. Прыжки через скакалку.	Правила поведения на уроке по гимнастике. выполнять комплекс ОРУ; Научиться технике выполнения акробатических упражнений. выполнять прыжки через скакалку.	Познавательные: Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением организующих упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых акробатических комбинаций и упражнений.	
26		Строевые упражнения. Ходьба по гимнастической скамейке.	Развитие ловкости.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ползание по гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической	выполнять комплекс ОРУ; Ходить по гимнастической скамейке; Ползать по	Осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении	

				скамейке.	гимнастической скамейке.	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 конструк	
27		Строевые упражнения. Лазанье по гимнастической лестнице вверх, вниз, влево, вправо.	Обучение технике лазания по гимнастической лестнице.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на гимнастической лестнице. Лазанье по гимнастической лестнице вверх, вниз, влево, вправо.	выполнять комплекс ОРУ; Научиться технике лазания по гимнастической лестнице.		
28		Строевые упражнения. Лазанье по канату произвольным способом.	Развитие ловкости. Совершенствование техники лазания по канату произвольным способом.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ползание по гимнастической скамейке. Лазанье по канату произвольным способом.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазанье по канату произвольным способом.		
29		Строевые упражнения. Ходьба по гимнастической скамейке.	Выполнить: Упражнения на гимнастической лестнице. Упражнения в равновесии.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на гимнастической лестнице. Ходьба по гимнастической скамейке.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять Упражнения на гимнастической лестнице. Упражнения в равновесии.		
30		Строевые упражнения. Подтягиван	Развитие скоростно-силовых качеств.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжки через скакалку. Подтягивание	выполнять комплекс ОРУ; выполнять силовые		

		ие в висе на перекладине (м); Подтягивание в висе лежа (д).	Развитие силовых качеств.	в висе на перекладине (м); Подтягивание в висе лежа (д).	упражнения.	тивно 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.	
31		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ползание по гимнастической скамейке. Лазанье по канату произвольным способом.	Развитие ловкости. Совершенствование техники лазания по канату произвольным способом.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ползание по гимнастической скамейке. Лазанье по канату произвольным способом.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазания по канату произвольным способом.		
32		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения. Лазанье по гимнастической лестнице вверх, вниз,	Совершенствование техники выполнения акробатических упражнений. Совершенствование техники лазания по гимнастической лестнице.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения. Лазанье по гимнастической лестнице вверх, вниз, влево, вправо.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять акробатические упражнения; выполнять лазания по канату произвольным способом.		

		влево, вправо.					
33		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на гимнастической лестнице. Ходьба по гимнастической скамейке.	Выполнить: Упражнения на гимнастической лестнице. Упражнения в равновесии.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на гимнастической лестнице. Ходьба по гимнастической скамейке.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнения на гимнастической лестнице. Упражнения в равновесии.		
34		Строевые упражнения. Прыжки через скакалку.	Выполнить упражнения в равновесии. Развитие скоростно-силовых качеств.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки через скакалку.	выполнять комплекс ОРУ; Выполнить упражнения в равновесии; выполнять силовые упражнения.		
35		Строевые упражнения. Лазанье по гимнастической лестнице вверх, вниз, влево, вправо.	Развитие ловкости. Совершенствование техники лазания по гимнастической лестнице.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ползание по гимнастической скамейке. Лазанье по гимнастической лестнице вверх, вниз, влево, вправо.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по гимнастической лестнице.		

36		Строевые упражнения . Лазанье по наклонной скамейке с опорой на руки.	Упражнения на гимнастическо й лестнице. Обучение технике лазания по наклонной скамье с опорой на руки.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на гимнастической лестнице. Лазанье по наклонной скамейке с опорой на руки.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по гимнастической лестнице. Научиться технике лазанья по наклонной скамейке с опорой на руки.		
37		Строевые упражнения . Прыжки через скакалку.	Совершенствов ание техники выполнения акробатических упражнений. Развитие скоростно-силовых качеств.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения. Прыжки через скакалку.	выполнять комплекс ОРУ; технике лазания по наклонной скамье с опорой на руки.		
38		Строевые упражнения . Лазанье по канату произвольн ым способом.	Совершенствов ание техники лазания по наклонной скамье с опорой на руки. Совершенствов ание техники лазания по канату произвольным способом.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по наклонной скамейке с опорой на руки. Лазанье по канату произвольным способом.	выполнять комплекс ОРУ; Выполнять лазание по наклонной скамье с опорой на руки; выполнять лазания по канату произвольным способом.		

39		Строевые упражнения . Лазанье по гимнастической лестнице вверх, вниз, влево, вправо. Упражнения на равновесие.	Совершенствование техники лазания по гимнастической лестнице. Упражнения в равновесии.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по гимнастической лестнице вверх, вниз, влево, вправо. Упражнения на равновесие.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по гимнастической лестнице. Упражнения в равновесии.		
40		Строевые упражнения . Ползание по гимнастической скамейке. Лазанье по наклонной скамейке с опорой на руки.	Развитие ловкости. Совершенствование техники лазания по наклонной скамье с опорой на руки.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ползание по гимнастической скамейке. Лазанье по наклонной скамейке с опорой на руки.	выполнять комплекс ОРУ; Выполнять лазание по наклонной скамье с опорой на руки.		
41		Строевые упражнения .. Упражнения на гимнастической лестнице.	Выполнить: Упражнения на гимнастической лестнице. Развитие силы.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на гимнастической лестнице. Подтягивание, лежа на наклонной скамье.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по гимнастической лестнице.		

		Подтягивание, лежа на наклонной скамье.					
42		Строевые упражнения. Прыжки через скакалку. Упражнения на равновесие.	Развитие скоростно-силовых качеств. Выполнить: Упражнения в равновесии.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжки через скакалку. Упражнения на равновесие.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжки через скакалку. Упражнения на равновесие		
43		Строевые упражнения. Акробатические упражнения. Ходьба по гимнастической скамейке.	Учет освоения техники выполнения акробатических упражнений. Упражнения в равновесии.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения. Ходьба по гимнастической скамейке.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять акробатические упражнения. Упражнения в равновесии.		
44		Строевые упражнения. Подтягивание, лежа на наклонной скамье.	Выполнить: Упражнения в равновесии. Развитие силовых качеств.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на равновесие. Подтягивание, лежа на наклонной скамье.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять Упражнения в равновесии.		
45		Лазанье по гимнастической лестнице	Учет освоения техники лазания по гимнастическо	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по гимнастической	выполнять комплекс ОРУ;выполнять лазание по		

		вверх, вниз, влево, вправо. Перелезание через стопку матов.	й лестнице. Развитие ловкости.	лестнице вверх, вниз, влево, вправо. Перелезание через стопку матов.	гимнастической лестнице; выполнять перелезание через стопку матов.		
46		Строевые Перелезание через стопку матов. Подтягивание в висе на перекладине (м); Подтягивание в висе лежа (д).	Выполнить: Упражнения на гимнастической лестнице. Развитие ловкости, силы.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на гимнастической лестнице. Перелезание через стопку матов. Подтягивание в висе на перекладине (м); Подтягивание в висе лежа (д).	выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по гимнастической лестнице; выполнять перелезание через стопку матов; выполнять Подтягивание в висе.		
47		Упражнения на равновесие. Подтягивание, лежа на наклонной скамье.	Выполнить: Упражнения в равновесии. Развитие силовых качеств.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на равновесие. Подтягивание, лежа на наклонной скамье.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнения в равновесии; выполнять подтягивание.		
48		Перелезание через стопку матов. Лазанье по канату	Развитие ловкости. Учет освоения техники лазания по канату	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Перелезание через стопку матов. Лазанье по канату произвольным	выполнять комплекс ОРУ; выполнять перелезание через стопку матов; выполнять		

		произвольн ым способом.	произвольным способом.	способом.	Лазанье по канату произвольным способом.		
49		ТБ на уроке по лыжной подготовке. Повороты на месте. Передвижен ие скользящим шагом (б/п)	Ознакомить с Техникой безопасности на уроках по лыжной подготовке. Обучение технике поворотов на месте. Совершенствов ание техники передвижения скользящим шагом (без палок).	ТБ на уроке по лыжной подготовке. Повороты на месте. Передвижение скользящим шагом (б/п)	Правила поведения на уроке по лыжной подготовке. Научиться технике поворотов на месте. передвигаться скользящим шагом (без палок). .	Познавательные:смыс ление, 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 объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и	
50		Повороты на месте. Передвижен ие скользящим шагом (без палок). Передвижен ие скользящим шагом 30 м.	Совершенствов ание техники поворотов на месте. Совершенствов ание техники передвижения скользящим шагом (без палок). Обучение техники передвижения скользящим	Повороты на месте. Передвижение скользящим шагом (без палок). Передвижение скользящим шагом 30 м.	выполнять повороты на месте; передвигаться скользящим шагом (без палок). Научиться техники передвижения скользящим шагом (с палками) на короткие дистанции на		

			шагом (с палками) на короткие дистанции на время.		время.	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	
51		Передвижение скользящим шагом 30 м. Ступающий шаг.	Учет техники передвижения скользящим 30 метров, совершенствование техники передвижения ступающим шагом.	Передвижение скользящим шагом 30 м. Ступающий шаг.	передвигаться скользящим шагом; Передвигаться ступающим шагом.		
52		Подъем ступающим шагом. Спуски в низкой стойке.	Совершенствование техники подъема ступающим шагом.Совершенствование техники спусков в низкой стойке.	Подъем ступающим шагом. Спуски в низкой стойке.	подниматься в гору ступающим шагом; спускаться с горы в низкой стойке.		
53		Подъем ступающим шагом. Спуски в высокой стойке.	Совершенствование техники подъема ступающим шагом.Совершенствование техники спусков в низкой стойке.	Подъем ступающим шагом. Спуски в высокой стойке.	подниматься в гору ступающим шагом; спускаться с горы в низкой стойке.		
54		Подъем	Совершенствов	Подъем ступающим	подниматься в		

		ступающим шагом. Спуски в высокой стойке.	ание техники подъема ступающим шагом. Совершенствование техники спусков высокой стойке.	шагом. Спуски в высокой стойке.	гору ступающим шагом; спускаться с горы в низкой стойке.	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.	
55		Спуски в низкой стойке. Эстафеты.	Совершенствование техники спусков в низкой стойке. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Спуски в низкой стойке. Эстафеты.	спускаться с горы в низкой стойке. Правила эстафеты.		
56		Ступающий шаг. Эстафеты.	Совершенствование техники передвижения ступающим шагом. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Ступающий шаг. Эстафеты.	Передвигаться ступающим шагом. Правила эстафеты.		
57		Попеременный двухшажный ход (без палок).	Обучение технике попеременно двушажного хода (без	Попеременный двухшажный ход (без палок). Эстафеты.	Научиться технике попеременно двушажного хода (без палок).		

		Эстафеты.	палок). Способствовать развитию физических качеств в эстафете.		Правила эстафеты.		
58		Попеременный двухшажный ход (без палок). Эстафеты.	Совершенствование техники попеременно двушажного хода (без палок). Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Попеременный двухшажный ход (без палок). Эстафеты.	передвигаться Попеременным двушажным ходом (без палок). Правила эстафеты.		
59		Ступающий шаг. Попеременный двухшажный ход (с палками).	Совершенствование техники передвижения ступающим шагом. Обучение технике попеременно двушажного хода (с палками).	Ступающий шаг. Попеременный двухшажный ход (с палками).	Передвигаться ступающим шагом. Научиться технике попеременно двушажного хода (с палками).		
60		Попеременный двухшажный ход (с/п). Эстафеты	Совершенствование техники попеременно двушажного хода (с	Попеременный двухшажный ход (с/п). Эстафеты	Передвигаться попеременным двушажным ходом (с палками).		

			палками). Способствовать развитию физических качеств в эстафете.		Правила эстафеты.		
61		Попеременный двухшажный ход (с палками). Эстафеты.	Совершенствование техники попеременно двушажного хода (с палками). Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Попеременный двухшажный ход (с палками). Эстафеты.	Передвигаться попеременным двушажным ходом (с палками). Правила эстафеты		
62		Передвижение скользящим шагом 30 м. Передвижение на лыжах до 1 км.	Учет освоения техники передвижения скользящим шагом 30 метров. Развитие выносливости.	Передвижение скользящим шагом 30 м. Передвижение на лыжах до 1 км.	передвигаться скользящим шагом;		
63		Повороты на месте. Эстафеты.	Совершенствование техники поворотов на месте. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Повороты на месте. Эстафеты.	выполнять повороты на месте. Правила эстафеты		

64		Передвижение на лыжах до 1,5 км.	Развитие выносливости.	Передвижение на лыжах до 1,5 км.	Передвигаться попеременным двушажным ходом (с палками) на результат.		
65		Т.Б. на уроке по подвижным играм. Ловля мяча отскочившего от пола. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. Подвижная игра «Передача мячей в колоннах».	Повторить технику безопасности на уроках по подвижным играм. Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Т.Б. на уроке по подвижным играм. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ловля мяча отскочившего от пола. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. Подвижная игра «Передача мячей в колоннах».	технику безопасности на уроках по подвижным играм; Правила игры. выполнять комплекс ОРУ;	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 объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при	
66		Строевые упражнения. Эстафета.	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Удары мяча о пол и ловля его одной рукой. Передача и ловля мяча на месте в парах. Эстафета.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча. Правила игры.		
67		Строевые упражнения. Подвижная	Совершенствование техники передачи и	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ловля мяча	выполнять комплекс ОРУ; выполнять		

		игра «Передача мячей в колоннах».	ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	отскочившего от пола. Передача и ловля мяча на месте в парах. Подвижная игра «Передача мячей в колоннах».	передачи и ловли мяча. Знать правила игры.	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	
68		Строевые упражнения. Эстафета.	Совершенствование техники ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. Удары мяча о пол и ловля его одной рукой. Эстафета.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять ловлю мяча. Правила игры.		
69		Строевые упражнения. Подвижная игра «Передача мячей в колоннах».	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Передача и ловля мяча на месте в парах. Ловля и передача мяча в движении. Подвижная игра «Передача мячей в колоннах».	выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча. Знать правила игры.		
70		Ловля мяча отскочившего от пола. Удары мяча о пол и ловля его одной рукой. Эстафета.	Совершенствование техники ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ловля мяча отскочившего от пола. Удары мяча о пол и ловля его одной рукой. Эстафета.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять ловлю мяча. Знать правила игры.		
71		Строевые	Совершенствов	Строевые упражнения.	выполнять		

		упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. Ловля и передача мяча в движении. П/и «Мяч на полу».	ание техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Медленный бег. О.Р.У. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. Ловля и передача мяча в движении. П/и «Мяч на полу».	комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча. Знать правила игры.	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.	
72		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Передача и ловля мяча на месте в парах. Забрасывание мяча в корзину. Эстафета.	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Совершенствование техники бросков мяча в корзину. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Передача и ловля мяча на месте в парах. Забрасывание мяча в корзину. Эстафета.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча; выполнять броски мяча в корзину. Правила игры.		
73		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Удары мяча	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Удары мяча о пол и ловля его одной рукой. Ловля и передача мяча в движении. П/и «Мяч	выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча. Знать правила игры.		

		о пол и ловля его одной рукой. Ловля и передача мяча в движении. П/и «Мяч на полу».	физических качеств в игре.	на полу».			
74		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ловля мяча отскочившего от пола. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. Эстафета.	Совершенствование техники ловли мяча. Способствоать развитию физических качеств в эстафете.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ловля мяча отскочившего от пола. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. Эстафета.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять ловлю мяча. Правила игры.		
75		Передача и ловля мяча на месте в парах. Ловля и передача мяча в движении. П/и «Попади в	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствоать развитию физических качеств в игре.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Передача и ловля мяча на месте в парах. Ловля и передача мяча в движении. П/и «Попади в мяч».	выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча.Пправила игры.		

		мяч».					
76		Забрасывание мяча в корзину. Эстафета.	Совершенствование техники бросков мяча в корзину. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Забрасывание мяча в корзину. Эстафета.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски мяча в корзину. Правила игры.		
77		. Эстафета. Подвижная игра «Попади в мяч».	Способствовать развитию физических качеств в игре и в эстафете.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Эстафета. Подвижная игра «Попади в мяч».	выполнять комплекс ОРУ. Правила игры.		
78		Эстафета. Подвижная игра «Метко в цель».	Способствовать развитию физических качеств в игре и в эстафете.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Эстафета. Подвижная игра «Метко в цель».	выполнять комплекс ОРУ; Правила игры		
79		Т.Б. на уроке по подвижным играм. Ловля мяча отскочившего от пола. Передача и ловля мяча на месте в парах. Эстафета.	Повторить технику безопасности на уроках по подвижным играм. Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию	Т.Б. на уроке по подвижным играм. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ловля мяча отскочившего от пола. Передача и ловля мяча на месте в парах. Эстафета.	Техника безопасности на уроках по подвижным играм Выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачу и ловлю мяча. Правила игры	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения	

			физических качеств в эстафете.			разучиваемых заданий и упражнений. Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании Упражнений. Умение объяснять 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	
80		Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. Удары мяча о пол и ловля его одной рукой. Подвижная игра «Попади в мяч».	Совершенствование техники ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. Удары мяча о пол и ловля его одной рукой. Подвижная игра «Попади в мяч».	Выполнять комплекс ОРУ; выполнять ловлю мяча. Знать правила игры		
81		Строевые упражнения. Ловля мяча отскочившего от пола. Удары мяча о пол и ловля его одной рукой. Эстафета.	Совершенствование техники ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ловля мяча отскочившего от пола. Удары мяча о пол и ловля его одной рукой. Эстафета.	Выполнять комплекс ОРУ; выполнять ловлю мяча. Правила игры		
82		Строевые упражнения. Подбрасывание и ловля мяча двумя	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. Передача и ловля мяча на месте в парах.	Выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачу и ловлю мяча. Правила игры		

		руками. Передача и ловля мяча на месте в парах. Подвижная игра «Попади в мяч».	физических качеств в игре.	Подвижная игра «Попади в мяч».		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	
83		Ловля мяча отскочившего от пола. Удары мяча о пол и ловля его одной рукой. Эстафета.	Совершенствование техники ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ловля мяча отскочившего от пола. Удары мяча о пол и ловля его одной рукой. Эстафета.	Выполнять комплекс ОРУ; выполнять ловлю мяча. Правила игры		
84		Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. Ловля и передача мяча в движении. Подвижная игра «Передача мячей в колоннах».	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. Ловля и передача мяча в движении. Подвижная игра «Передача мячей в колоннах».	Выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачу и ловлю мяча. Правила игры		
85		Строевые упражнения	Совершенствование техники	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	Выполнять комплекс ОРУ;		

		. Медленный бег. О.Р.У. Передача и ловля мяча на месте в парах. Забрасывание мяча в корзину. Эстафета.	передачи и ловли мяча. Совершенствование техники бросков мяча в корзину. Способствоать развитию физических качеств в эстафете.	Передача и ловля мяча на месте в парах. Забрасывание мяча в корзину. Эстафета.	выполнять передачу и ловлю мяча; выполнять броски мяча в корзину. Правила игры	выполнения. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.	
86		Строевые упражнения . Медленный бег. О.Р.У. Ловля и передача мяча в движении. Забрасывание мяча в корзину. Подвижная игра «Метко в цель».	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Совершенствование техники бросков мяча в корзину. Способствоать развитию физических качеств в игре.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ловля и передача мяча в движении. Забрасывание мяча в корзину. Подвижная игра «Метко в цель».	Выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачу и ловлю мяча; выполнять броски мяча в корзину. Правила игры		
87		Строевые упражнения . Эстафета. Подвижная игра «Мяч на полу».	Способствоать развитию физических качеств в игре и в эстафете.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Эстафета. Подвижная игра «Мяч на полу».	Выполнять комплекс ОРУ; Правила игры		
88		Т.Б. на	Повторение	Т.Б. на уроках по	Правила	Познавательные:	

		уроках по легкой атлетике. Высокий старт. Бег 30 м. Подвижная игра с элементами легкой атлетики.	техники безопасности на уроках по легкой атлетике. Совершенствование техники бега на 30 метров с высокого старта. Способствовать развитию физических качеств в игре.	легкой атлетике. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Высокий старт. Бег 30 м. Подвижная игра с элементами легкой атлетики.	поведения на уроке по легкой атлетике. Выполнять комплекс ОРУ; бегать 30 метров. Правила игры	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 объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.	
89		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Высокий старт. Бег 30 м.	Учёт техники бега с высокого старта на 30 метров.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Высокий старт. Бег 30 м.	Выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта 30 метров.		
90		Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину с места.	Развитие выносливости, совершенствование техники прыжков в длину с места.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег до 4 мин. Прыжок в длину с места.	Выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжки в длину с места.		
91		Строевые упражнения. Метание	Совершенствование техники метание мяча	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Метание мяча на	Выполнять комплекс ОРУ; выполнять		

		мяча на дальность. Многоскоки с ноги на ногу.	на дальность, развитие выносливости.	дальность. Многоскоки с ноги на ногу.	метание мяча на дальность.	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	
92		Бег до 4 мин. Метание мяча на дальность.	Развитие выносливости, совершенствование техники метания мяча на дальность.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег до 4 мин. Метание мяча на дальность.	Выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность.		
93		Строевые упражнения. Многоскоки с ноги на ногу. Прыжок в длину с разбега.	Развитие выносливости, совершенствование техники прыжков в длину с разбега.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Многоскоки с ноги на ногу. Прыжок в длину с разбега.	Выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжок в длину с разбега.		
94		Строевые упражнения. Бег до 4 мин. Бег 30 м.	Развитие выносливости, совершенствование техники бега на 30 метров.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег до 4 мин. Бег 30 м.	Выполнять комплекс ОРУ; бегать 30 метров.		
95		Строевые упражнения. Прыжок в длину с места. Метание мяча на	Учет техники прыжков в длину с места, совершенствование техники метания мяча на дальность.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину с места. Метание мяча на дальность.	Выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжок в длину с места; выполнять метание мяча на дальность.		

		дальность.				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.	
96		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Многоскоки с ноги на ногу. Прыжок в длину с разбега.	Развитие выносливости, совершенствование техники прыжков в длину с разбега.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Многоскоки с ноги на ногу. Прыжок в длину с разбега.	Выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжок в длину с разбега.		
97		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Наклон вперед из положения сед на полу; сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Бег на 500 м.	Развитие скоростно-силовых качеств, учет бега на выносливость.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Наклон вперед из положения сед на полу; сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Бег на 500 м.	Выполнять комплекс ОРУ; выполнять силовые упражнения.		
98		Строевые упражнения. Бег до 4 мин. Прыжок в длину с разбега.	Развитие выносливости, учет техники прыжков в длину с разбега.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег до 4 мин. Прыжок в длину с разбега.	Выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжок в длину с разбега.		

99		Строевые упражнения . Прыжок в длину с места. Метание мяча на дальность.	Совершенствование техники прыжков в длину с места, учет техники метания мяча на дальность.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину с места. Метание мяча на дальность.	Выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжок в длину с места; выполнять метание мяча на дальность.		
100		Строевые упражнения . Бег 30 м. Многоскоки с ноги на ногу.	Учет техники бега на 30 метров, развитие выносливости.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег 30 м. Многоскоки с ноги на ногу.	Выполнять комплекс ОРУ; бегать 30 метров.		
101		Строевые упражнения . Наклон вперед из положения сед на полу; сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Подвижная игра с элементами легкой атлетики.	Развитие скоростно-силовых качеств, способствовать развитию физических качеств в игре.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Наклон вперед из положения сед на полу; сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Подвижная игра с элементами легкой атлетики.	Выполнять комплекс ОРУ; выполнять силовые упражнения.		
102		Строевые упражнения . Медленный	Учет бега на выносливость.	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег 1500 м.	Выполнять комплекс ОРУ; выполнять бег на средние средние		

		бег. О.Р.У. Бег 1500 м.			дистанции.		