**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**КОРЁЖСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА**

**БУЙСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рассмотрено  на заседании педагогического совета  Протокол №\_\_\_\_\_ от « »\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_г | Согласовано  зам. директора по УВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Н.В. Голубева/ | Утверждаю  Приказ №\_\_\_\_\_ от « »\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_г  Директор школы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Н.В. Дрыгина |

**Календарно-тематическое планирование**

**по физической культуре в 3 классе**

**начальное общее образование**

**п. Корёга,**

**Пояснительная записка**

Календарно-тематическое планирование по физической культуре для 2 класса составлено на основе авторской программы по физической культуре В. И. Ляха. М.: - Просвещение, 2012г. **в соответствии ФГОС начального общего образования**, рассчитанной на 102 часа (3 часа в неделю).

Учебник: Физическая культура 1-4 классы для общеобразовательных организаций В.И. Лях - М.: Просвещение, 2015г.

**Тематическое планирование по физической культуре 3 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тип урока** | | | | **Тема урока** | **Планируемые результаты**  **(предметные)** | | | | | **Характеристика деятельности (личностные и метапредметные УУД)** | | | | | | | | | | | | | **Домашнее задание** | **Дата** |
| **Личностные** | | | | **Познаватель**  **ные** | | | **Коммуникатив**  **ные** | | | **Регулятивные** | | |  | П Ф |
| **I четверть.**  **Легкая атлетика. 10 часов** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | |
| 1 | Вводный  1 час | | | | **Т.б. на уроках физической культуры**. Способы передвижения. Беговые упражнения. | | | Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры. | | | Активно включаться в общение с учителем, сверстниками.  Проявлять дисциплинированность, трудолюбие | | | | Подбор одежды и обуви для занятий физической культуры. | | | Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | | | Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли | | | Т.б на уроках физкультуры. |  |
| 2 | Комбинированный  1 час | | | | **Развитие основных физических качеств**. Беговые эстафеты | | | Знать различия  длины шагов бега и где их можно  применять. | | | Проявлять качества быстроты и координации при выполнении беговых упражнений | | | | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата | | | Физические качества человека , понятие эстафета |  |
| 3 | Комбинированный  1 час | | | | **Физические упражнения и их влияние на развитие физических качеств.** Бег. | | | Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения. | | | Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач | | | | Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли | | | Виды бега |  |
| 4 | Зачётный урок  1 час | | | | Разновидности бега и ходьбы. Бег с ускорение 30 м. **Понятие старт, финиш.** | | | Знать технику выполнения высокого старта и финиша.  Уметь выполнять высокий старт с последующим ускорением. | | | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач | | | | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться | | | Термины: старт, финиш, эстафета, бег с ускорением  Беговые упр**.** |  |
| 5 | Зачётный урок  1 час | | | | **Техника выполнения высокого старта**. Челночный бег 3х10м. | | | Знать правила и технику выполнения челночного бега. Иметь представления о жизненно важных способах передвижения человека. | | | Управлять своими эмоциями в различных ситуациях  Формировать потребности к ЗОЖ | | | | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | | | Эффективно сотрудничать со сверстниками,  оказывать поддержку друг другу. | | | Способность строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все ее компоненты (цель, мотив, прогноз, средства, контроль,  оценка). | | | Термины: старт, финиш, эстафета, бег с ускорением  Беговые упр |  |
| 6 | Зачётный урок  1час | | | | Прыжок в длину с места. Эстафета с прыжками. | | | Знать технику выполнения прыжков и приземления. | | | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | | | | Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться. | | | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | | | Эффективно сотрудничать со сверстниками,  оказывать поддержку друг другу. | | | Прыжки с поворотом |  |
| 7 | Комбинированный  1 час | | | | Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Подвижные игры. | | | Уметь выполнять броски мяча в горизонтальную и вертикальную цель, уметь выполнять упражнения с набивными мячами | | | Управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях | | | | Знать правила подвижной игры.  Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | | | Эффективно сотрудничать со сверстниками,  оказывать поддержку друг другу. | | | Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли | | | Метание мяча в цель |  |
| 8 | Урок-игра  1час | | | | Ходьба и бег с изменением темпа.  **Контроль режима физической нагрузки на организм.** | | | Подбор одежды и обуви для занятий физической культуры.  Формировать потребности к ЗОЖ. | | | Формирование социальной роли ученика.  Формирование положительного  отношения  к учению | | | | Контролировать режимы физической нагрузки на организм. | | | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | | | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | | | Самоконтроль |  |
| 9 | Урок-игра  1ч | | | | Метание мяча на дальность. Техника метания. | | | Выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из-за головы из исходных положений: сидя и стоя. | | | Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии | | | | Следить за самочувствием при физических нагрузках; | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | | Упр в метании на дальность |  |
| 10 | Урок-игра  1час | | | | Бросок  набивного мяча (1 кг.) на дальность. **Правила личной гигиены.** | | | Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры. | | | Формирование социальной роли ученика.  Формирование положительного  отношения  к учению | | | | Составление режима дня; знать правила личной гигиены. Знать упражнения для формирования правильной осанки; | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | | Упр. с мячом. |  |
| **Подвижные игры с элементами спортивных игр. 8 часов** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 11 | | Комбинированный  1 час | | | **Т.б. на уроках с элементами спортивных игр.** Ловля и передача мяча в движении. Броски мяча. | | | Осваивать универсальные умения  ловкость во время подвижных игр. | | | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | | | | | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | Т.б при проведении спортивных игр |  |
| 12 | | Комбинированный  1 час | | | Ловля и передача в движении, броски. Игра «Попади в цель». Проявлять быстроту и ловкость. | | | Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. | | | Формирование социальной роли ученика.  Формирование положительного  отношения  к учению | | | | | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | Упр. на развитие силы. |  |
| 13 | | Комбинированный  1 час | | | Совершенствование броска и ловли мяча. Игра «Вышибалы» | | | Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр. | | | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | | | | | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | | | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | Упр. на развитие координации движений |  |
| 14 | | Комбинированный  1 час | | | Обучение броскам и ловле в парах. Игра «Мяч соседу»Мяч ловцу | | | Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр.  . | | | Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве. | | | | | Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу;  приобретению новых знаний и умений. | | | Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий. | | | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | | Упр. на развитие координации движений |  |
| 15 | | Комбинированный  1 час | | | Обучение различным способам броскам одной рукой. Игра «Мяч среднему» | | | Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время спортивных и подвижных игр. | | | Формирование социальной роли ученика.  Формирование положительного  отношения  к учению | | | | | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | | | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | | | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | | Упр. на развитие координации движений |  |
| 16 | | Комбинированный  1 час | | | **Физическая культура у народов Древней Руси** Обучение технике ведения на месте, в движении, по прямой, по дуге. | | | Осваивать универсальные умения  ловкость во время подвижных игр. | | | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | | | | | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | Физкультура у народов древней Руси |  |
| 17 | | Комбинированный  1 час | | | Совершенствование техники выполнения бросков в кольцо способом «снизу». Подвижные игры. | | | Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. | | | Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом | | | | | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | Упр. на развитие координации движений |  |
| 18 | | Комбинированный  1 час | | | Обучение баскетбольным упражнениям с мячом в парах. Игра «Гонка в колоннах» | | | Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. | | | Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве. | | | | | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | | | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | | | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | | Упр. на развитие силы, скоростно-силовых качеств |  |
| **II четверть.**  **Гимнастика с основами акробатики. 16 часов** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 19 | | | Урок-игра  1час | | **Правила поведения и ТБ на уроках гимнастики**  Построение в шеренгу и в колону.  Игра «Становись-разойдись» | | | Уметь применять правила техники безопасности на уроках гимнастики | | | | Основы гражданской идентичности личности в форме осознания «Я» как гражданина России | | | | Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики | | | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | | | Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. | | Техника безопасности на уроках гимнастики |  |
| 20 | | | Урок-игра | | Перестроения. Выполнение строевых команд.  Игра «Смена мест»  **Питание и питьевой режим** | | | Выполнять упражнения на укрепление мышц туловища; выполнять комплексы утренней зарядки. | | | | . Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | | | | Знать правила подвижной игры.  Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики | | | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях | | | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | | Выполнение строевых команд. |  |
| 21 | | | Сюжетный урок  1час | | **Составление режима дня.** ТехникаПереката в группировке с опорой руками за головой | | | Уметь применять правила техники безопасности на уроках акробатики | | | | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. | | | | Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики | | | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и  ситуациях | | | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | | Режим дня, понятие перекаты |  |
| 22 | | | Урок-игра | | ОРУ в движении. Обучение кувырку назад, вперёд  Игра «Раки» | | | Знать и применять правила техники безопасности на уроках акробатики | | | | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | | | | Знать правила подвижной игры.  Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики. | | | Потребность в общении с учителем и сверстниками.  Умение слушать и вступать в диалог | | | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | | Комплекс упражнений |  |
| 23 | | | Урок-игра | | Стойка, на лопатках  согнув ноги, перекат вперед в упор присев. | | | Правила техники безопасности | | | | Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом | | | | Знать правила техники безопасности | | | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и  ситуациях | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | Комплекс упражнений |  |
| 24 | | | Урок групповой деятельности  1 час | | **Влияние физических упражнений на развитие гибкости.** «Мост» из положения лежа на спине. | | | Влияние физических упражнений на развитие гибкости | | | | Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности, взаимопомощи и сопережевания | | | | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | | | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | Проверь себя |  |
| 25 | | | Урок-соревнование 1 час | | **Измерение частоты сердечных сокращений** Акробатическая комбинация из ранее изученных элементов | | | Уметь применять правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений. | | | | Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном | | | | Физическая нагрузка и ее влияние на повышение ЧСС | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | Самоконтроль |  |
| 26 | | | Зачётный урок. 1час | | Закрепление. Акробатическая комбинация. | | | Уметь определять пульс до и после нагрузки; измерять длину и массу тела и показатели осанки | | | | Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом | | | | Знать правила подвижной игры;  активно участвовать в игровой деятельности с их учетом | | | Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий | | | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | | Упр. на развитие силы. Повороты направо, налево. |  |
| 27 | | | Урок путешествие 1час | | Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, переползания, перелезания | | | Применять правила техники безопасности при выполнении упражнений с элементами лазания и перелезания. | | | | Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном | | | | Знать о правилах поведения и техники безопасности | | | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | | | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | | Упр. на развитие гибкости, силы |  |
| 28 | | | Урок-игра | | **Самоконтроль при занятиях спортом.** Передвижения по гимнастическому бревну, повороты. | | | Ходьба с изменяющимся темпом и длиной шага | | | | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | | | | Уметь выполнять утреннюю зарядку и гимнастику под музыкальное сопровождение. | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | Упр на координацию |  |
| 29 | | | Зачётный урок. 1час | | ОРУ. Комплекс упражнений на равновесие. | | | Комплексы упражнений на развитие координации | | | | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | | | | Анализировать результаты двигательной активности;  фиксировать её результаты | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | | Упр. на равновесие |  |
| 30 | | | Урок -эстафеты  1час | | Прыжки через длинную скакалку. Прыжки с высоты и в высоту. Эстафеты. | | | Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности | | | | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | | | | Анализировать результаты двигательной активности;  фиксировать её результаты | | | Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий | | | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | | Прыжки через скакалку |  |
| 31 | | | Урок-игра | | **Комплекс упражнений для правильной осанки**. Танцевальные упражнения. | | | Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности | | | | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | | | | Анализировать результаты двигательной активности;  фиксировать её результаты | | | Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий | | | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | | Упр для правильной осанки |  |
| 32 | | | Урок-путешествие  1 час | | **Преодоление полосы препятствий** с элементами лазанья, перелезания, переползания через коня | | | Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. | | | | Формирование социальной роли ученика.  Формирование положительного  отношения  к учению | | | | Способность к волевому усилию, преодоление препятствия.  Значение закаливания для укрепления здоровья. | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | | Упр. на развитие силы, равновесия |  |
| 33 | | | Урок-игра  1час | | Передвижение по наклонной гимнастической скамейке. | | | Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности | | | | Формирование социальной роли ученика.  Формирование положительного  отношения  к учению | | | | Анализировать результаты двигательной активности;  фиксировать её результаты | | | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | | | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | | Упр. на развитие силы, равновесия |  |
| 34 | | | Урок-эстафета 1час | | ОРУ. Прыжки со скакалкой. Эстафеты с обручами. | | | Осваивать универсальные умения  ловкость во время подвижных игр. | | | | Осознание ответственности человека за общее благополучие, осознание своей этнической принадлежности. | | | | Анализировать результаты двигательной активности;  фиксировать её результаты | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | | Упр. на развитие силы, равновесия |  |
| **III четверть.**  **Лыжная подготовка. 21 час** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 35 | | | Вводный урок 1час | **Т.б. Правила поведения на уроках лыжной подготовки** Передвижение в колонне с лыжами.  *.* | | | Основы знаний об истории развития лыжного спорта. Подбирать соответствующую одежду и обувь для занятий в зимнее время | | | | | Самоанализ и самоконтроль результата, на понимание предложений  и оценок учителей, товарищей, родителей | | | | Ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека. | | | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | Техника безопасности на уроках лыжной подготовки. |  |
| 36 | | | Урок-повторение 1час | **Основы знаний об истории развития лыжного спорта.** Передвижение ступающим шагом | | | Перенос тяжести тела с лыжи на лыжу. Уметь применять правила техники безопасности. | | | | | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | | | | Анализировать результаты двигательной активности;  фиксировать её результаты | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | |  |  |
| 37 | | | Урок изучения ново  го | **История зарождения древних Олимпийских игр**. Передвижение ступающим шагом | | | Перенос тяжести тела с лыжи на лыжу. Изучение нового материала | | | | | Научатся: различать олимпийские игры и паралимпийские их ценности | | | | Проявлять учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу | | | Использовать общие приёмы решения поставленных задач | | | Использовать речь для регуляции своих действий | | Лыжные ходы |  |
| 38 | | | Урок-игра  1 час | **Температурный режим, требования к одежде на занятиях лыжной подготовки** Скользящий шаг без палок Игра «Проехать через ворота». | | | Знать правила поведения и технику безопасности на уроках лыжной подготовки. | | | | | Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном | | | | Подбор одежды и обуви для занятий на улице в зимнее время. Значение закаливания для укрепления здоровья. | | | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных и ситуациях | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | Требования к оснащению лыжника |  |
| 39 | | | Урок-игра  1час | Совершенствование скользящего шага без пало. Игра «Проехать через ворота». | | | Знать правила поведения и технику безопасности на уроках лыжной подготовки. | | | | | Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном | | | | Подбор одежды и обуви для занятий на улице в зимнее время. Значение закаливания для укрепления здоровья. | | | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных и ситуациях | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | Терминология лыжных ходов. |  |
| 40 | | | Урок изучения нового материала | **История спорта и физической культуры через историю** **семьи**  Совершенствование скользящего шага | | | Изучение нового материала | | | | | Научатся: -правилам проведения олимпийских игр | | | | Проявлять учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу | | | Использовать общие приёмы решения поставленных задач | | | Использовать речь для регуляции своих действий | | Терминология лыжных ходов. |  |
| 41 | | | Урок-закрепление 1 часа | Скользящий шаг с палками.  Игра «На буксире» | | | Выполнять  передвижения на лыжах в соответствии с программным  материалом. | | | | | Формирование социальной роли ученика. | | | | Анализировать результаты двигательной активности;  фиксировать её результаты | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | | Терминология лыжных ходов. |  |
| 42 | | | Урок-игра  1час | Повороты переступанием на месте | | | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов. | | | | | Способность к волевому усилию, преодоление препятствия. | | | | Значение закаливания для укрепления здоровья. | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | | Терминология лыжных ходов. |  |
| 43 | | | Урок изучения нового материала | **Победители игр «Сочи2014»**  Скользящий шаг. | | | Изучение нового материала техника скользящего шага | | | | | Научатся:- различать материальные и нематериальные выгоды от игр | | | | Проявлять учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу | | | Использовать общие приёмы решения поставленных задач | | | Использовать речь для регуляции своих действий | | Победители олимпийских игр фигуристы |  |
| 44 | | | Урок-  игра  1 час | Повороты переступанием в движении | | | Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах. | | | | | Формирование положительного  отношения  к учению | | | | Анализировать результаты двигательной активности;  фиксировать её результаты | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Согласованно  выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | Терминология лыжных ходов. |  |
| 45 | | | Урок-игра  1час | Спуски в низкой стойке. Игра «Кто дальше скатится с горки» | | | Проявлять координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов. | | | | | Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном***.*** | | | | Анализировать результаты двигательной активности;  фиксировать её результаты | | | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | Терминология лыжных ходов. |  |
| 46 | | | Урок изучения нового материала | Спуски в низкой стойке. | | | Изучение нового материала | | | | | Научатся:  - различать кто такие волонтёры и какова их миссия | | | | Проявлять учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу | | | Использовать общие приёмы решения поставленных задач | | | Использовать речь для регуляции своих действий | | Терминология лыжных ходов, спуски |  |
| 47 | | | Урок-игра  1час | Техника спуска в основной стойке. | | | Осваивать технику поворотов, спусков и подъемов. | | | | | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | | | | Характеристика основных физических качеств. Значение закаливания для укрепления здоровья. | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | Терминология лыжных ходов, спуски |  |
| 48 | | | Урок-эстафета  1час | Техника выполнения подъёма ступающим шагом. | | | Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов. | | | | | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | | | | Правила проведение подвижных игр во время прогулок в зимнее время. | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | Терминология лыжных ходов, спуски, подъёмы. |  |
| 49 | | | Урок-игра  1часа | Подъемы скользящим шагом | | | Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений. | | | | | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач; | | | | Знать приемы закаливания для укрепления здоровья, характеристику основных физических качеств | | | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | Терминология лыжных ходов, подъёмы. |  |
| 50 | | | Урок-игра  1часа | Подъем и спуски под уклон. | | | Техника спусков и подъемов | | | | | Способность к смооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | | | | Способность к волевому усилию, преодоление препятствия. | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | | Терминология лыжных ходов, спуски, подъёмы. |  |
| 51 | | | Урок-путешествие 1часа | Прохождение на лыжах в режиме умеренной интенсивности | | | Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения. | | | | | Формирование социальной роли ученика.  Формирование положительного  отношения  к учению | | | | Знать приемы закаливания для укрепления здоровья, характеристику основных физических качеств | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | Терминология лыжных ходов |  |
| 52 | | | Урок-игра  1час | Передвижение на лыжах до 1,5 км. | | | Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой. | | | | | Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном | | | | Способность к волевому усилию, преодоление препятствия.  Значение закаливания для укрепления здоровья. | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | Терминология лыжных ходов |  |
| 53 | | | Зачетный урок 1час | Передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности до 1,5 км. | | | Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой. | | | | | Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном | | | | Способность к волевому усилию, преодоление препятствия. | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | Терминология лыжных ходов |  |
| 54 | | | Урок-игра  1час | Прохождение тренировочных дистанций на лыжах с преодолением подъёмов и спусков. | | | Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения. | | | | | Формирование социальной роли ученика.  Формирование положительного  отношения  к учению | | | | Знать приемы закаливания для укрепления здоровья, характеристику основных физических качеств | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | Терминология лыжных ходов |  |
| 55 | | | Урок-игра  1час | Правила игровых упражнений на лыжах. | | | Знать правила поведения и технику безопасности на уроках лыжной подготовки. | | | | | Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном | | | | Подбор одежды и обуви для занятий на улице в зимнее время. Значение закаливания для укрепления здоровья. | | | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных и ситуациях | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | Правила игры на лыжах |  |
| **IV четверть.**  **Подвижные игры с элементами спортивных игр. 5 часов** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 56 | | | Урок-игра | Ведение мяча по прямой (шагом и бегом).  Игра «Передай другому» | | | | | Осваивать универсальные умения  ловкость во время подвижных игр. | | | | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | | | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | Упр. на развитие координации движений |  |
| 57 | | | Урок-игра  1час | **История соревнований**. Двигательные действия. Игра «Выстрел в небо» | | | | | Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. | | | | Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом | | | Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу;  приобретению новых знаний и умений. | | | Моделировать различные отношения между объектами;  исследовать собственные нестандартные способы решения; | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | | Упр. на развитие координации движений |  |
| 58 | | | Комбинированный  1 час | Совершенствование бросков набивного мяча из-за головы. Игра «Вышибалы» | | | | | Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. | | | | Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве. | | | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | | | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | | | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | | Упр. на развитие координации движений |  |
| 59 | | | Зачётный  1 час | Контроль двигательных качеств броска набивного мяча из-за головы. Подвижные игры. | | | | | Излагать правила и условия проведения основ спортивных и  подвижных игр | | | | Формирование социальной роли ученика.  Формирование положительного  отношения  к учению | | | Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу;  приобретению новых знаний и умений. | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | | Упр. на развитие координации движений |  |
| 60 | | | Комбинированный  1 час | Эстафеты с баскетбольными мячами. | | | | | Излагать правила и условия проведения основ спортивных и  подвижных игр | | | | Формирование социальной роли ученика.  Формирование положительного  отношения  к учению | | | Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу;  приобретению новых знаний и умений. | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | | Упр. на развитие координации движений |  |
| **Легкая атлетика. 8 часов** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 61 | | | Зачетный урок 1час | Правила и техника челночного бега 3х10 м. Игра «Мышеловка». | | | | | | Правила и технику выполнения челночного бега | | | | Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве. | | | Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | Правила техники безопасности |  |
| 62 | | | Урок-игра  1час | Специальные беговые упражнения для овладения техникой бега.  Развитие выносливости посредством подвижных игр. | | | | | | Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом  в чередовании с ходьбой | | | | Умение использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных потребностей. | | | Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет с элементами легкой атлетики | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | Упр. на развитие скоростно-силовых качеств |  |
| 63 | | | Урок-эстафета  1час | Равномерный бег. Бег с эстафетной палочкой | | | | | | Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом  в чередовании с ходьбой | | | | Умение использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных потребностей. | | | Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет с элементами легкой атлетики | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | Упр. на развитие скоростно-силовых качеств |  |
| 64 | | | Урок эстафета  1час | Техника прыжка в длину с места. Прыжки.  Игра «Пустое место». | | | | | | Уметь правильно выполнять  прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги | | | | Формирование социальной роли ученика.  Формирование положительного  отношения  к учению | | | Умение структурировать знания  Контролировать режимы физической нагрузки на организм. | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Прыжки с места |  |
| 65 | | | Урок-игра  1час | Техника прыжка в высоту способом «перешагивание» с места.  Игра «Пустое место». | | | | | | Уметь правильно выполнять  прыжки в высоту с места и правильно приземляться | | | | Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии | | | Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу;  приобретению новых знаний и умений. | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Упр. на развитие силы.  Беговые упр. |  |
| 66 | | | Урок-игра  1час | Прыжки в высоту способом «перешагивание» с 4-5 шагов разбега. Беговые эстафеты. | | | | | | Уметь правильно выполнять  прыжки в высоту с разбега и правильно приземляться | | | | Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии | | | Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу;  приобретению новых знаний и умений. | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Упр. на развитие силы.  Беговые упр. |  |
| 67 | | | Урок группо-вой деятельности 1час | **Комплекс упражнений для утренней гимнастики**.  Метание мяча в горизонтальную   цель. Эстафеты с мячами. | | | | | | Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий. | | | | Формирование социальной роли ученика.  Формирование положительного  отношения  к учению | | | Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет с элементами легкой атлетики; | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Упр. В метании |  |
| 68 | | |  | Подведение итогов за четверть .Спортивные игры с мячом | | | | | |  | | | | Формирование социальной роли ученика.  Формирование положительного  отношения  к учению | | | Составление режима дня; знать правила личной гигиены. осанки; | | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | | | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Упр. на развитие силы.  Беговые упр. |  |