**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**КОРЁЖСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА**

**БУЙСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рассмотрено на заседании педагогического советаПротокол №\_\_\_\_\_ от « »\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_г  | Согласованозам. директора по УВР\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Н.В. Голубева/ | УтверждаюПриказ №\_\_\_\_\_ от « »\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_гДиректор 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 | Комбинированный1 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 урок1 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 ускорениемБеговые упр**.** |  |
| 5 | Зачётный урок1 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 ситуацияхФормировать 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 ускорениемБеговые упр |  |
| 6 | Зачётный урок1час | 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 учителемУмение слушать и вступать в диалог | Эффективно сотрудничать со сверстниками,оказывать поддержку друг другу. | Прыжки с поворотом |  |
| 7 | Комбинированный1 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-игра1час    | 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 положительногоотношенияк учению | Контролировать режимы физической нагрузки на организм.  | Потребность в общении с учителемУмение слушать и вступать в диалог | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  Самоконтроль |  |
| 9 | Урок-игра1ч |  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-игра1час  | 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 положительногоотношенияк 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 | Комбинированный1 час | **Т.б. на уроках с элементами спортивных игр.** Ловля и передача мяча в движении. Броски мяча. | Осваивать универсальные уменияловкость 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 | Комбинированный1 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 положительногоотношенияк 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 | Комбинированный1 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 учителемУмение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  Упр. на развитие координации движений |  |
| 14 | Комбинированный1 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 | Комбинированный1 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 положительногоотношенияк учению | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Потребность в общении с учителемУмение слушать и вступать в диалог | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | Упр. на развитие координации движений  |  |
| 16 | Комбинированный1 час  | **Физическая культура у народов Древней Руси** Обучение технике ведения на месте, в движении, по прямой, по дуге.  | Осваивать универсальные уменияловкость 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 | Комбинированный1 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 | Комбинированный1 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 учителемУмение 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-игра1час  | **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 учителемУмение 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 урок1час | **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, вперёдИгра «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 деятельности1 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 учителемУмение 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 -эстафеты1час | 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 положительногоотношенияк 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-игра1час | Передвижение по наклонной гимнастической скамейке. | Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности | Формирование социальной роли ученика.Формирование положительногоотношенияк учению | Анализировать результаты двигательной активности;фиксировать её результаты | Потребность в общении с учителемУмение 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 уменияловкость 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 учителемУмение 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 нового  | **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-игра1 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-игра1час | 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-игра1час  | 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-игра1 час  | Повороты переступанием в движении | Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах.  | Формирование положительногоотношенияк 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-игра1час  | 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 учителемУмение 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-игра1час | 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-эстафета1час  | 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-игра1часа | 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 учителемУмение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Терминология лыжных ходов, подъёмы.  |  |
| 50 | Урок-игра1часа | 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 положительногоотношенияк 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-игра1час | 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-игра1час | Прохождение тренировочных дистанций на лыжах с преодолением подъёмов и спусков. | Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения.  | Формирование социальной роли ученика.Формирование положительногоотношенияк 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-игра1час | 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 уменияловкость 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-игра1час | **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 | Комбинированный1 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 учителемУмение 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 положительногоотношенияк 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 | Комбинированный1 час  | Эстафеты с баскетбольными мячами. | Излагать правила и условия проведения основ спортивных и  подвижных игр | Формирование социальной роли ученика.Формирование положительногоотношенияк 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-игра1час | 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-эстафета1час | 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 эстафета1час | 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 положительногоотношенияк учению | Умение структурировать знанияКонтролировать режимы физической нагрузки на организм. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Прыжки с места |  |
| 65 | Урок-игра1час | 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-игра1час | 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 положительногоотношенияк 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 положительногоотношенияк 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.  |  |