

Календарно-тематическое планирование 3 класс. (102часа)

№ урока	Содержание (разделы, темы)	Кол-во часов	Дата проведения		Материально-техническое оснащение	Универсальные учебные действия (УУД) проекты, ИКТ- компетенции межпредметные понятия)
			План	Факт		
Лёгкая атлетика (11 часов)						
1	Инструктаж по ТБ. Ходьба с изменением длины и частоты шага. Ходьба через препятствия. Бег с высоким подниманием бедра. Бег в коридоре с максимальной скоростью. Игра « Пустое место».	1			Свисток Секундомер	формулировать и удерживать учебную задачу - ставить вопросы, обращаться за помощью Знать: правила ТБ. Уметь: правильно выполнять движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60 м)
2	Ходьба через несколько препятствий. Бег с максимальной скоростью (60м). Игра « Белые медведи». Олимпийские игры: история возникновения.	1			Свисток Секундомер	-использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: правильно выполнять движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60 м)
3	Ходьба через несколько препятствий. Бег с максимальной скоростью (60м). Игра « Белые медведи». Подготовка к готов к труду и обороне.	1			Свисток Секундомер	формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. -использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: правильно выполнять движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60 м)
4	Ходьба через несколько препятствий. Бег с максимальной скоростью (60м). Игра « Команда быстроногих». Развитие скоростных способностей. Олимпийские игры: история возникновения.	1			Свисток Секундомер Свисток Секундомер	формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Уметь: правильно выполнять движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60 м)
5	Бег на результат (30,60м). Развитие скоростных способностей. Игра « Смена	1			Свисток Секундомер	- ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: правильно выполнять

	сторон», Понятия «эстафета», « старт», «финиш».					движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60 м)
6	Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Прыжок с высоты 60см. Игра « Гуси – лебеди». Влияние бега на здоровье. Подготовка к готов к труду и обороне.	1			Сектор для прыжка Рулетка Свисток Секундомер	формулировать и удерживать учебную задачу Уметь: правильно выполнять движения в прыжках; прыгать в длину с места и с разбега.
7	Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Прыжок с высоты 60см. Игра « Лиса и куры». Подготовка к готов к труду и обороне.	1			Сектор для прыжка Рулетка Свисток Секундомер	формулировать и удерживать учебную задачу - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: правильно выполнять движения в прыжках; прыгать в длину с места и с разбега.
8	Прыжок в длину с разбега(с зоны отталкивания). Многоскоки. Игра « Прыгающие воробушки». Развитие скоростно-силовых способностей. Правила соревнований в беге, прыжках.	1			Сектор для прыжка Рулетка Свисток Секундомер	формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. -использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: правильно выполнять движения в прыжках; прыгать в длину с места и с разбега.
9	Метание малого мяча с места на дальность. Метание малого мяча в цель с расстояния 4-5 м. П/И «Попади в мяч». Правила соревнований в метании. Подготовка к готов к труду и обороне.	1			Сектор для метания Рулетка Свисток Секундомер М/мяч	выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. -использовать общие приёмы решения поставленных задач. Уметь: правильно выполнять движения при метании различными способами; метать мяч в цель.
10	Метание малого мяча с места на дальность. Метание малого мяча в цель с расстояния 4-5 м. Эстафеты. П/И «Попади в мяч». Правила соревнований в метании. Подготовка к готов к труду и обороне.	1			Сектор для метания Рулетка Свисток Секундомер М/мяч	формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. -использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: правильно выполнять движения при метании различными

						способами; метать мяч в цель.
11	Метание малого мяча с места на заданное расстояние. Метание набивного мяча. Игра « Кто дальше бросит». Современное Олимпийское движение. Подготовка к готов к труду и обороне.	1			Сектор для метания Рулетка Свисток Секундомер Н/мяч	формулировать и удерживать учебную задачу - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: правильно выполнять движения при метании различными способами; метать мяч в цель.
Кроссовая подготовка (14 часов)						
12	Бег (4мин.). Чередование ходьбы и бега (бег-70м; ходьба-100м). Преодоление препятствий. П/И «Салки на марше». Развитие выносливости. Измерение роста, веса, силы.	1			Свисток Секундомер	формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Уметь: бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу.
13	Бег (4мин.). Чередование ходьбы и бега (бег-70м; ходьба-100м). Преодоление препятствий. П/И «Салки на марше». Измерение роста, веса, силы. Подготовка к труду и обороне.	1			Свисток Секундомер	-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу.
14	Бег (5 мин.). Чередование ходьбы и бега (бег-80м; ходьба-90м). Преодоление препятствий. П/И «Вол во рву». Развитие выносливости.	1			Свисток Секундомер	формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. -использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу.
15	Бег (5мин.). Чередование ходьбы и бега (бег-80м; ходьба-90м). П/И «Вол во рву». Расслабление и напряжение мышц при выполнении упражнений. Подготовка к труду и обороне.	1			Свисток Секундомер	формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. -использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу.
16	Бег (6мин.). Чередование ходьбы и бега (бег-80м; ходьба-90м). Преодоление препятствий. П/И «Два мороза». Развитие	1			Свисток Секундомер	формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

	выносливости. Расслабление и напряжение мышц при выполнении упражнений.					<ul style="list-style-type: none"> -использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу.
17	Бег (6мин.). Чередование ходьбы и бега (бег-80м; ходьба-90м). Преодоление препятствий. П/И «Два мороза». Развитие выносливости. Расслабление и напряжение мышц при выполнении упражнений.	1			Свисток Секундомер	<ul style="list-style-type: none"> -использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу.
18	Бег (7мин.). Чередование ходьбы и бега (бег-90м; ходьба-90м). Преодоление препятствий. П/И «Рыбаки и рыбки». Расслабление и напряжение мышц при выполнении упражнений.	1			Свисток Секундомер В/сетка	формулировать и удерживать учебную задачу; <ul style="list-style-type: none"> -использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу.
19	Бег (7мин.). Чередование ходьбы и бега (бег-90м; ходьба-90м). Преодоление препятствий. П/И «Рыбаки и рыбки». Развитие выносливости. Расслабление и напряжение мышц при выполнении упражнений.	1			Свисток Секундомер В/сетка	сличать способ действия и его результат; коррекция-вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений <ul style="list-style-type: none"> -осуществлять рефлексию способов и условий действий; узнавать, выделять и использовать в действии -вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказывания Уметь: бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу.
20	Бег (8мин.). Чередование ходьбы и бега (бег-100м; ходьба-70м). П/И « Перебежки с выручкой». «Шишки, жёлуди, орехи». Выполнение основных движений с различной скоростью. Подготовка к готов к труду и обороне.	1			Свисток Секундомер	формулировать и удерживать учебную задачу <ul style="list-style-type: none"> -использовать общие приёмы решения поставленных задач. Уметь: бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу.
21	Бег (8мин.). Чередование ходьбы и бега (бег-100м; ходьба-70м). П/И « Перебежки с выручкой». «Шишки, жёлуди, орехи». Развитие выносливости. Выполнение основных движений с различной скоростью.	1			Свисток Секундомер	формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <ul style="list-style-type: none"> -использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: бегать в равномерном темпе

						(10 мин); чередовать бег и ходьбу.
22	Бег (8мин.). Чередование ходьбы и бега (бег-100м; ходьба-70м). Преодоление препятствий. П/И «Перебежки с выручкой». «Шишки, жёлуди, орехи». Выполнение основных движений с различной скоростью.	1			Свисток Секундомер	сличать способ действия и его результат; коррекция-вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений Уметь: бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу.
23	Бег (8мин.). Чередование ходьбы и бега (бег-100м; ходьба-70м). Преодоление препятствий. П/И «Перебежки с выручкой». «Шишки, жёлуди, орехи». Выполнение основных движений с различной скоростью.	1			Свисток Секундомер	сличать способ действия и его результат; коррекция-вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений -осуществлять рефлексии способов и условий действий; узнавать, выделять и использовать в действии -вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказывания Уметь: бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу.
24	Бег (9 мин.). Чередование ходьбы и бега (бег-100м; ходьба-70м). Преодоление препятствий. П/И «Гуси- лебеди». Выполнение основных движений с различной скоростью.	1			Свисток Секундомер	формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Уметь: бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу
25	Кросс (1 км). П/И «Гуси- лебеди». Выявление работающих групп мышц. Подготовка к труду и обороне.	1			Свисток Секундомер	-использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу

Гимнастика(18 часов)

26	Инструктаж по ТБ. Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!». «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. 2- 3 кувырка вперёд. Игра «Что изменилось?».	1			Г/маты	сличать способ действия и его результат; коррекция-вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений -осуществлять рефлексии способов и условий действий; узнавать, выделять и использовать в действии Уметь: выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации.
27	Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!». «На первый-второй	1			Г/маты	формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии

	рассчитайся!». Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперёд. Стойка на лопатках. Мост из положения лёжа на спине. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей.					с поставленной задачей и условиями её реализации. -использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации.
28	Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!». «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперёд. Стойка на лопатках. Мост из положения лёжа на спине. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей.	1			Г/маты	-использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации.
29	Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!». «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперёд. Стойка на лопатках. Мост из положения лёжа на спине. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей.	1			Г/маты	формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации.
30	Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!». «На первый-второй рассчитайся!». Комбинация из разученных элементов. Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперёд. Стойка на лопатках. Мост из положения лёжа на спине. Игра «Западня».	1			Г/маты	-вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказывания Уметь: выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации.
31	Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!». «На первый-второй рассчитайся!». Комбинация из разученных элементов. Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. 2-	1			Г/маты	сличать способ действия и его результат; коррекция-вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений -вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказывания Уметь: выполнять строевые

	3 кувырка вперёд. Стойка на лопатках. Мост из положения лёжа на спине. Игра «Западня».					команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации.
32	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лёжа. Упражнения в упоре лёжа на гимнастической скамейке.. П/И «Маскировка в колоннах».	1			Г/маты Г/перекладина	условий действий; узнавать, выделять и использовать в действии -вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказывания Уметь: выполнять строевые команды; выполнять висы, подтягивания в висе.
33	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лёжа. Упражнения в упоре лёжа на гимнастической скамейке. П/И «Маскировка в колоннах».	1			Г/маты Г/перекладина Г/скамейка	сличать способ действия и его результат; коррекция-вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений - Уметь: выполнять строевые команды; выполнять висы, подтягивания в висе.
34	Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис на согнутых руках. Упражнения в упоре лёжа на гимнастической скамейке. П/И «Космонавты». Развитие силовых способностей.	1			Г/маты Г/перекладина Г/скамейка	-осуществлять рефлексию способов и условий действий; узнавать, выделять и использовать в действии -вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказывания Уметь: выполнять строевые команды; выполнять висы, подтягивания в висе.
35	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис на согнутых руках. Упражнения в упоре лёжа на гимнастической скамейке. П/И «Космонавты». Развитие силовых способностей.	1			Г/маты Г/перекладина Г/скамейка	-вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказывания Уметь: выполнять висы, подтягивания в висе.
36	Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис на согнутых руках. Вис стоя и лёжа Упражнения в упоре лёжа и стоя на гимнастической скамейке. П/И «Отгадай чей голосок ». Развитие силовых способностей.	1			Г/маты Г/перекладина Г/скамейка	формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: выполнять висы, подтягивания в висе.
37	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис на согнутых руках. Вис стоя и лёжа	1			Г/маты Г/перекладина Г/скамейка	формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

	Упражнения в упоре лёжа и стоя на гимнастической скамейке. П/И «Отгадай чей голосок». Развитие силовых способностей.					-использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: выполнять висы, подтягивания в виси.
38	Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1м). Игра « Посадка картофеля». Развитие координационных способностей.				Г/маты Г/бревно	формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Уметь: лазать по гимнастической стенке
39	Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1м). Игра « Не ошибись».	1			Г/маты Г/бревно	формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. -использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: лазать по гимнастической стенке.
40	Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой».Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1м). Игра « Не ошибись».	1			Г/маты Г/бревно	формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Уметь: лазать по гимнастической стенке.
41	Перелезание через г/коня, бревно. Лазание по наклонной скамейке в упоре лёжа, подтягиваясь руками. Игра « Резиночка».	1			Г/маты Г/бревно Г/скамейка	сличать способ действия и его результат; коррекция-вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений Уметь: лазать по гимнастической стенке.
42	Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». Перелезание через г/коня, бревно. Лазание по наклонной скамейке в упоре лёжа, подтягиваясь руками. Игра « Резиночка».	1			Г/маты Г/бревно Г/скамейка	-использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: лазать по гимнастической стенке.
43	Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». Лазание по наклонной скамейке в упоре лёжа, подтягиваясь руками. Игра « Аисты». Развитие координационных способностей.	1			Г/маты Г/скамейка	формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. -использовать общие приёмы решения поставленных задач.

						- ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату, выполнять опорный прыжок.
Подвижные игры (18 часов)						
44	Игры « Заяц без логова», «Удочка», Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1			Конусы Мячи Скакалка	-использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.
45	Игры « Заяц без логова», «Удочка», Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1			Конусы Мячи Скакалка	формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.
46	Игры «Кто обгонит», « Через кочки и пенёчки». Эстафеты с мячами. Развитие скоростно-силовых способностей.	1			Конусы Мячи Скакалка	-использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.
47	ОРУ в движении Игры «Кто обгонит», « Через кочки и пенёчки». Эстафеты с мячами. Развитие скоростно-силовых способностей.	1			Конусы Мячи Скакалка	-вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказывания Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.
48	Игры « Наступление», «Метко в цель». Эстафеты с мячами. Развитие скоростно-силовых способностей.	1			Конусы Мячи Скакалка	сличать способ действия и его результат; коррекция-вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.
49	Игры « Кто дальше бросит», « Кто обгонит». Эстафеты с обручами. Развитие скоростно-силовых способностей.	1			Конусы Мячи Обручи	формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. -использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: играть в подвижные игры с

						бегом, прыжками, метанием.
50	Игры « Кто дальше бросит», « Кто обгонит». Эстафеты с обручами. Развитие скоростно-силовых способностей.	1			Конусы Мячи Обручи	- ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.
51	Игры « Вызов номеров», « Защита укреплений». Эстафеты с гимнастическими палками. Развитие скоростно-силовых способностей.	1			Конусы Г/палки	формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.
52	Игры « Вызов номеров», « Защита укреплений». Эстафеты с гимнастическими палками. Развитие скоростно-силовых способностей.	1			Конусы Г/палки	-использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.
53	Игры « Вызов номеров», « Защита укреплений». Эстафеты с гимнастическими палками. Развитие скоростно-силовых способностей.	1			Конусы Г/палки	-использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.
54	Игры « Кто дальше бросит», « Волк во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1			Конусы Г/палки	- ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.
55	Игры « Кто дальше бросит», « Волк во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1			Конусы Г/палки	формулировать и удерживать учебную задачу; Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.
56	. Игры « Пустое место», « К своим флажкам». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1			Конусы Г/палки	-вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказывания Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.
57	Игры « Пустое место», « К своим флажкам». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1			Конусы Мячи	Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.
58	Игры «Кузнечики», « Попади в мяч». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1			Конусы Мячи	Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.

59	Игры «Кузнечики», « Попади в мяч». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1			Конусы Мячи	сличать способ действия и его результат; коррекция-вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.
60	Игры «Паровозики», « Наступление». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1			Конусы Мячи	-вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказывания Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.
61	Игры «Паровозики», « Наступление». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1			Конусы Мячи	сличать способ действия и его результат; коррекция-вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.
Подвижные игры на основе баскетбола (24часов)						
62	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (щит). Игра «Передал - садись». Развитие координационных способностей.	1			Конусы Мячи	Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.
63	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (щит). Игра «Передал - садись». Развитие координационных способностей.	1			Конусы Мячи Б/б щит	-вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказывания Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.
64	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой в движении. Броски в цель (щит). Игра «Мяч среднему». Развитие координационных способностей.	1			Конусы Мячи Б/б щит	- ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.
65	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой в движении. Броски в цель (щит). Игра «Мяч среднему». Развитие координационных способностей.	1			Конусы Мячи Б/б щит	формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе

						подвижных игр; играть в мини-баскетбол.
66	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой в движении. Броски в цель . Игра «Борьба за мяч». Развитие координационных способностей.	1			Конусы Мячи Б/б щит	-вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказывания Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.
67	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой в движении. Броски в цель . Игра «Борьба за мяч». Развитие координационных способностей.	1			Конусы Мячи Б/б щит	Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.
68	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках . Ведение на месте правой (левой) рукой в движении. Бросок двумя руками от груди. Игра «Гонка мячей по кругу».	1			Конусы Мячи Б/б щит	-использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.
69	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках . Ведение на месте правой (левой) рукой в движении. Бросок двумя руками от груди. Игра «Гонка мячей по кругу».	1			Конусы Мячи	- ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.
70	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках . Ведение на месте правой (левой) рукой в движении. Бросок двумя руками от груди. Игра «Гонка мячей по кругу».	1			Конусы Б/б мячи	сличать способ действия и его результат; коррекция-вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений -осуществлять рефлексии способов и условий действий; узнавать, выделять и использовать в действии -вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказывания Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-

						баскетбол.
71	Ловля и передача мяча на месте в квадратах. Ведение на месте правой (левой) рукой в движении. Бросок двумя руками от груди. Игра «Обгони мяч», «Перестрелка». Развитие координационных способностей.	1			Конусы Б/б мячи	<p>формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.</p> <p>-использовать общие приёмы решения поставленных задач.</p> <p>- ставить вопросы, обращаться за помощью</p> <p>Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.</p>
72	Ловля и передача мяча на месте в квадратах. Ведение на месте правой (левой) рукой в движении. Бросок двумя руками от груди. Игра «Обгони мяч», «Перестрелка». Развитие координационных способностей.	1			Конусы Б/б мячи	<p>формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.</p> <p>-использовать общие приёмы решения поставленных задач.</p> <p>- ставить вопросы, обращаться за помощью</p> <p>Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.</p>
73	Ловля и передача мяча на месте в квадратах. Ведение на месте правой (левой) рукой в движении. Бросок двумя руками от груди. Игра «Обгони мяч», «Перестрелка». Развитие координационных способностей.	1			Конусы Б/б мячи	<p>формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.</p> <p>-использовать общие приёмы решения поставленных задач.</p> <p>- ставить вопросы, обращаться за помощью</p> <p>Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.</p>
74	Ловля и передача мяча на месте в круге. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди.Игра «Перестрелка».	1			Конусы Б/б мячи	<p>-вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказывания</p> <p>Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля,</p>

						ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.
75	Ловля и передача мяча на месте в круге. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. Игра «Перестрелка».	1			Конусы Б/б мячи	Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.
76	Ловля и передача мяча на месте в круге. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. Игра «Школа мяча».	1			Конусы Б/б мячи	сличать способ действия и его результат; коррекция-вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.
77	Ловля и передача мяча на месте в круге. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. Игра «Школа мяча	1			Конусы Б/б мячи	формулировать и удерживать учебную задачу - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.
78	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках . Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. Игра «Мяч -ловцу». Игра в мини-баскетбол.	1			Конусы Б/б мячи	-использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.
79	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках . Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. Игра «Мяч -ловцу». Игра в мини-баскетбол.	1			Конусы Б/б мячи	-использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-

						баскетбол.
80	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках . Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. Игра «Мяч -ловцу». Игра в мини-баскетбол.	1			Конусы Б/б мячи	-использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.
81	Ловля и передача мяча на месте в квадратах . Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. Игра «Не дай мяча водящему». Игра в мини-баскетбол.	1			Конусы Б/б мячи	формулировать и удерживать учебную задачу - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.
82	Ловля и передача мяча на месте в квадратах . Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. Игра «Не дай мяча водящему». Игра в мини-баскетбол..	1			Конусы Б/б мячи	-вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказывания Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.
83	Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками от груди. Игра «Мяч соседу». Игра в мини- баскетбол.	1			Конусы Б/б мячи	формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.
84	Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками от груди. Игра «Мяч соседу». Игра в мини- баскетбол.	1			Конусы Б/б мячи	-использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-

						баскетбол.
85	Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками от груди. Игра «Играй, играй, мяч не давай». Игра в мини-баскетбол.	1				Конусы Б/б мячи формулировать и удерживть учебную задачу;- - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.
Кроссовая подготовка (7часов)						
86	Бег (4 мин). Чередование ходьбы, бега (бег-70м, ходьба-100м). Преодоление препятствий . П/И «Салки на марше».	1				Секундомер формулировать и удерживть учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. -использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег с ходьбой.
87	Бег (5мин). Чередование ходьбы, бега (бег-70м, ходьба-100м). Преодоление препятствий . П/И «Салки на марше». Подготовка к готов к труду и обороне.	1				Секундомер -выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег с ходьбой.
88	Бег (5мин). Чередование ходьбы, бега (бег-80м, ходьба-90м). Преодоление препятствий . П/И «Волк во рву».	1				Секундомер -использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег с ходьбой.
89	Бег (6мин). Чередование ходьбы, бега (бег-80м, ходьба-90м). Преодоление препятствий . П/И «Волк во рву». Подготовка к готов к труду и обороне.	1				Секундомер формулировать и удерживть учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. -использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег с ходьбой.
90	Бег (7мин). Чередование ходьбы, бега (бег-80м, ходьба-90м). Преодоление	1				Секундомер -использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью

	препятствий . П/И «Перебежка с выручкой». Подготовка к готов к труду и обороне.					Уметь: бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег с ходьбой.
91	Бег (8мин). Чередование ходьбы, бега (бег-80м, ходьба-90м). Преодоление препятствий . П/И «Перебежка с выручкой».	1			Секундомер	формулировать и удерживть учебную задачу - ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь: бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег с ходьбой.
92	Кросс 1км. Игра « Гуси – лебеди». Развитие выносливости. Выявление работающих мышц.	1			Секундомер	-вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказывания Уметь: бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег с ходьбой.
Лёгкая атлетика (10 часов)						
93	Ходьба через несколько препятствий. Встречная эстафета. Бег с максимальной скоростью(60м).Игра « Эстафета зверей2. Развитие скоростных способностей.	1			Секундомер	формулировать и удерживать учебную задачу;-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. -использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью Знать: правила ТБ. Уметь: правильно выполнять движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (60м).
94	Ходьба через несколько препятствий. Бег с максимальной скоростью(60м).Игра « Эстафета зверей». Подготовка к готов к труду и обороне.	1			Секундомер	сличать способ действия и его результат; коррекция-вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений Уметь: правильно выполнять движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (60м).
95	Ходьба через несколько препятствий. Встречная эстафета. Бег с максимальной скоростью(60м). Игра « Эстафета зверей». Подготовка к готов к труду и обороне.	1			Секундомер	-осуществлятьрефлексию способв и условий действий; узнавать, выделять и использовать в действии Уметь: правильно выполнять движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (60м).
96	Бег на результат (30,60м). Развитие скоростных способностей. Игра « Смена сторон» Подготовка к готов к труду и обороне.	1			Секундомер	сличать способ действия и его результат; коррекция-вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений -осуществлятьрефлексию способв и условий действий; узнавать, выделять и

						использовать в действии -вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказывания Уметь: правильно выполнять движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (60м).
97	Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Многоскоки. Игра « Гуси-лебеди». Подготовка к готов к труду и обороне.	1			Секундомер	-осуществлятьрефлексию способов и условий действий; узнавать, выделять и использовать в действии -вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказывания Уметь: правильно выполнять движения в прыжках; прыгать в длину с места и с разбега.
98	Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Многоскоки. Игра « Гуси-лебеди». Подготовка к готов к труду и обороне.	1			Сектор для прыжка Рулетка	-вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказ Уметь: правильно выполнять движения в прыжках; прыгать в высоту с разбега
99	Прыжок в высоту с прямого разбега из зоны отталкивания. Игра « Прыгающие воробушки». Подготовка к готов к труду и обороне.	1			Сектор для прыжка Рулетка	сличать способ действия и его результат; коррекция-вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений -осуществлятьрефлексию способов и условий действий; узнавать, выделять и использовать в действии -вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказывания Уметь: правильно выполнять движения в прыжках; прыгать в высоту с разбега
100	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание в цель с 4-5 м. Игра « Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых способностей.	1			Сектор для метания М/мяч	Знать: правила ТБ. Уметь: правильно выполнять движения в метании различными способами; метать мяч на дальность и на заданное расстояние.
101	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание набивного мяча. Игра « Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых способностей.	1			Сектор для метания М/мяч	Знать: правила ТБ. Уметь: правильно выполнять движения в метании различными способами; метать мяч на дальность и на заданное расстояние.

102	Метание набивного мяча вперёд-вверх на дальность и на заданное расстояние. Игра « Дальние броски». Подготовка к готов к труду и обороне.	1			Сектор для метания Н/мяч	<p>-использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью</p> <p>Знать: правила ТБ.</p> <p>Уметь: правильно выполнять движения в метании различными способами; метать мяч на дальность и на заданное расстояние.</p>
-----	--	---	--	--	-----------------------------	--