**Календарно – тематическое планирование физической культуры в 3-м классе**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Дата**  **проведения** | | **Тема урока** | **Количество**  **часов** | **Характеристика деятельности учащихся** | **УУД** | **Домашнее задание** |
| **План** | **Факт** |
| 1. |  |  | Вводный урок. Беседа о ТБ на уроках. | 1 | **Определять** ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма.  **Выявлять** различие в основных способах передвижения человека.  **Осваивать** универсальные умения при выполнении организующих упражнений**.**  **Различать** и выполнять строевые команды. | **Личностные:** активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.  Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.  Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.  Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.  Выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности. | Комплекс ОРУ 1 |
| 2. |  |  | Строевые упражнения, повороты на месте. ОРУ. Подвижные игры. | 1 | Комплекс ОРУ 1 |
| 3. |  |  | Строевые упражнения, повороты на месте. ОРУ. Подвижные игры. | 1 | Комплекс ОРУ 1 |
| 4. |  |  | Ходьба. Виды ходьбы. | 1 | Комплекс ОРУ 1 |
| 5. |  |  | Сочетание видов ходьбы с развивающими упражнениями. | 1 | Комплекс ОРУ 1 |
| 6. |  |  | Строевые упражнения ОРУ. | 1 | Комплекс ОРУ 1 |
| 7. |  |  | Подвижные игры. | 1 | Комплекс ОРУ 1 |
| 8. |  |  | Бег на короткие дистанции | 1 | Комплекс ОРУ 1 |
| 9. |  |  | Бег с изменением направления, в чередовании с ходьбой, до 150 м. | 1 | Комплекс ОРУ 1 |
| 10. |  |  | Понятие «старт».ОРУ. | 1 | Комплекс ОРУ 1 |
| 11. |  |  | Челночный бег 3 по 5, 3 по 10; эстафеты с бегом на скорость. | 1 | Комплекс ОРУ 2 |
| 12. |  |  | Подвижные игры. | 1 | **Различать** и выполнять строевые команды. | Комплекс ОРУ 2 |
| 13. |  |  | Бег до 4 минут. Эстафеты «Смена сторон, «Вызов номеров» подвижные игры. | 1 | **Осваивать** универсальные умения при выполнении организующих упражнений | Комплекс ОРУ 2 |
| 14. |  |  | Круговая эстафета», (5-15м) | 1 | Комплекс ОРУ 2 |
| 15. |  |  | Бег до 4 минут подвижные игры. | 1 | Комплекс ОРУ 2 |
| 16. |  |  | Прыжки по разметкам; в длину, с места. | 1 | Комплекс ОРУ 2 |
| 17. |  |  | Прыжки по разметкам в длину с разбега. | 1 | **Выявлять** характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. | Комплекс ОРУ 2 |
| 18. |  |  | Прыжки через длинную вращающуюся и короткую скакалку. | 1 | Комплекс ОРУ 2 |
| 19. |  |  | Прыжки через длинную вращающуюся и короткую скакалку. | 1 | Комплекс ОРУ 2 |
| 20. |  |  | Прыжки через длинную вращающуюся и короткую скакалку. | 1 | **Осваивать** технику бега различными способами | Комплекс ОРУ 2 |
| 21. |  |  | Проверка и оценка знаний и умений | 1 | **Характеризовать** показатели нагрузки. | Комплекс ОРУ 3 |
| 22. |  |  | Метание малого мяча с места, из положения стоя на дальность. | 1 | **Проявлять** качества силы, быстроты и выносливости при выполнении беговых упражнений.  **Осваивать** технику бега различными способами. | **Метапредметные:** характеристика явлений (действий и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.  Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов и исправлений.  Общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.  Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой.  Организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий.  Планирование собственной деятельности, распределение нагрузки  и организации отдыха в процессе её выполнения.  Анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения.  Видение красоты движений, в выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека.  Оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.  Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность  Технически правильно выполнение двигательных действий из базовых видов спорта. | Комплекс ОРУ 3 |
| 23. |  |  | Метание малого мяча с места, из положения стоя на дальность. | 1 | Комплекс ОРУ 3 |
| 24. |  |  | Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Подвижные игры. | 1 | Комплекс ОРУ 3 |
| 25. |  |  | Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Подвижные игры. | 1 | Комплекс ОРУ 3 |
| 26. |  |  | Проверка и оценка знаний и умений. ОРУ. | 1 | **Соблюдать** правила ТБ при выполнении беговых упражнений. | Комплекс ОРУ 3 |
| 27. |  |  | Проверка и оценка знаний и умений. ОРУ. | 1 | Комплекс ОРУ 3 |
| 28. |  |  | Повторение ТБ на уроках Ф.К. Гимнастика, её виды. | 1 | **Соблюдать** правила ТБ при выполнении беговых упражнений. | Комплекс ОРУ 3 |
| 29. |  |  | Общеразвивающие упражнения с большими малыми мячами. | 1 | Комплекс ОРУ 3 |
| 30 |  |  | Общеразвивающие упражнения с большими малыми мячами. | 1 | **Соблюдать** правила ТБ при выполнении прыжковых упражнений.  **Выявлять** характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений  **Осваивать** технику прыжковых упражнений. | Комплекс ОРУ 3 |
| 31. |  |  | Общеразвивающие упражнения с большими малыми мячами. | 1 | Комплекс ОРУ 3 |
| 32. |  |  | Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой. | 1 | Комплекс ОРУ 3 |
| 33. |  |  | Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой. | 1 | Комплекс ОРУ 3 |
| 34. |  |  | Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой. | 1 | Комплекс ОРУ 3 |
| 35. |  |  | Общеразвивающие упражнения с обручем. | 1 | **Проявлять** качества силы, быстроты и выносливости при выполнении беговых и прыжковых упражнений | Комплекс ОРУ 3 |
| 36. |  |  | Общеразвивающие упражнения с обручем. | 1 | Комплекс ОРУ 3 |
| 37. |  |  | Общеразвивающие упражнения с обручем. | 1 | Комплекс ОРУ 4 |
| 38. |  |  | Ходьба под музыку и песню, танцевальный шаг. | 1 | **Проявлять** качества силы, быстроты и выносливости при выполнении упражнений на метание.  **Соблюдать** правила ТБ при выполнении акробатических упражнений.  **Осваивать** технику спортивных снарядах гимнастических упражнений на | Комплекс ОРУ 4 |
| 39. |  |  | Ходьба под музыку и песню, танцевальный шаг. | 1 | Комплекс ОРУ 4 |
| 40. |  |  | Ходьба под музыку и песню, танцевальный шаг. | 1 | Комплекс ОРУ 4 |
| 41. |  |  | Кувырок вперёд; стойка на лопатках | 1 | Комплекс ОРУ 4 |
| 42. |  |  | Кувырок вперёд; стойка на лопатках | 1 | Комплекс ОРУ 4 |
| 43. |  |  | Кувырок вперёд; стойка на лопатках | 1 | Комплекс ОРУ 4 |
| 44. |  |  | Перекат вперёд в упор присев. Подвижные игры | 1 | Комплекс ОРУ 4 |
| 45. |  |  | Перекат вперёд в упор присев. Подвижные игры | 1 | Комплекс ОРУ 4 |
| 46. |  |  | Упражнение в равновесии (ласточка). | 1 | Комплекс ОРУ 4 |
| 47. |  |  | Стойка на 2 и одной ноге с закрытыми глазами. | 1 | **Выявлять** характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений.  **Соблюдать** правила ТБ при выполнении акробатических упражнений. | Комплекс ОРУ 4 |
| 48. |  |  | Проверка и оценка знаний и умений. ОРУ. | 1 | Комплекс ОРУ 4 |
| 49. |  |  | Беседа о технике безопасности во время проведения подвижных игр на уроках Ф.К. Названия и правила игр, оборудование, организация. | 1 | Комплекс ОРУ 4 |
| 50. |  |  | Ловля и передача мяча в движении. «Кто дальше бросит», « Метко в цель» | 1 | Комплекс ОРУ 4 |
| 51. |  |  | Ловля и передача мяча в движении. «Кто дальше бросит», « Метко в цель» | 1 | **Выявлять** характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений | Комплекс ОРУ 5 |
| 52. |  |  | Ловля и передача мяча в движении.  «Кто дальше бросит» | 1 | Комплекс ОРУ 5 |
| 53. |  |  | Ловля и передача мяча в движении. « Метко в цель» | 1 | Комплекс ОРУ 5 |
| 54. |  |  | Ловля и передача мяча в движении. «Кто дальше бросит» | 1 | **Осваивать** технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах | Комплекс ОРУ 5 |
| 55. |  |  | Ловля и передача мяча в движении. « Метко в цель» | 1 | Комплекс ОРУ 5 |
| 56. |  |  | Ловля и передача мяча в движении. «Кто дальше бросит» | 1 | **Выявлять** характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений.  Составлять индивидуальный режим дня. | Комплекс ОРУ 5 |
| 57. |  |  | Ловля и передача мяча в движении. « Метко в цель» | 1 | Комплекс ОРУ 5 |
| 58. |  |  | Ловля и передача мяча в движении. «Кто дальше бросит» | 1 | **Предметные:** планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры.  Изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью.  Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.  Измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств.  Оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения. | Комплекс ОРУ 5 |
| 59. |  |  | Ловля и передача мяча в движении. «Кто дальше бросит» | 1 | **Взаимодействовать** в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. | Комплекс ОРУ 5 |
| 60. |  |  | Броски в цель (кольцо, щит, мишень, обруч). «Мяч водящему», «Школа мяча» | 1 | Комплекс ОРУ 5 |
| 61. |  |  | Броски в цель (кольцо, щит, мишень, обруч). «Мяч водящему», «Школа мяча» | 1 | Комплекс ОРУ 5 |
| 62. |  |  | Броски в цель (кольцо, щит, мишень, обруч). «Мяч водящему», «Школа мяча» | 1 | **Взаимодействовать** в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Соблюдать дисциплину и правила ТБ во время подвижных игр. | Комплекс ОРУ 6 |
| 63. |  |  | Броски в цель (кольцо, щит, мишень, обруч). «Мяч водящему», «Школа мяча» | 1 | Комплекс ОРУ 6 |
| 64. |  |  | Броски в цель (кольцо, щит, мишень, обруч). «Мяч водящему», «Школа мяча» | 1 | Комплекс ОРУ 6 |
| 65. |  |  | Броски в цель (кольцо, щит, мишень, обруч). «Мяч водящему», «Школа мяча» | 1 | Комплекс ОРУ 6 |
| 66. |  |  | Ведение мяча в движении по прямой линии. «Играй, играй, мяч не теряй» | 1 | **Соблюдать** дисциплину и правила ТБ во время подвижных игр. | Комплекс ОРУ 6 |
| 67. |  |  | Ведение мяча в движении по прямой линии. «Играй, играй, мяч не теряй» | 1 | Комплекс ОРУ 6 |
| 68. |  |  | Ведение мяча в движении по прямой линии. «Играй, играй, мяч не теряй» | 1 | **Взаимодействовать** в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх | Комплекс ОРУ 6 |
| 69. |  |  | Проверка и оценка навыков учащихся, приобретённых на уроках. П.И. | 1 | Комплекс ОРУ 6 |
| 70. |  |  | Совершенствование умений передачи мяча. | 1 | Комплекс ОРУ 6 |
| 71. |  |  | Совершенствование умений передачи мяча. |  | **Соблюдать** дисциплину и правила ТБ во время подвижных игр.  **Осваивать** универсальные умения управлять эмоциями во время игровой деятельности. | Комплекс ОРУ 6 |
| 72. |  |  | Совершенствование умений передачи мяча. | 1 | Комплекс ОРУ 6 |
| 73. |  |  | Обучение ведению мяча и броску мяча в кольцо. П.И. | 1 | Комплекс ОРУ 6 |
| 74. |  |  | Обучение ведению мяча и броску мяча в кольцо. П.И. | 1 | Комплекс ОРУ 7 |
| 75. |  |  | Закрепление пройденного материала. | 1 | **Взаимодействовать** в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх | Комплекс ОРУ 7 |
| 76. |  |  | Проверка и оценка навыков учащихся, приобретённых на уроках. П.И. | 1 | Комплекс ОРУ 7 |
| 77. |  |  | Бег на длинные дистанции в чередовании с ходьбой. | 1 | Комплекс ОРУ 7 |
| 78. |  |  | Беседа о Т.Б. на занятиях по лёгкой атлетике. Бег на длинные дистанции в чередовании с ходьбой. | 1 | **Описывать** технику беговых упражнений.  **Проявлять** качества силы, координации и выносливости.  **Определять** состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий. | Комплекс ОРУ 7 |
| 79. |  |  | Бег на длинные дистанции в чередовании с ходьбой. | 1 | Организация и проведение со сверстниками подвижных игр и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства.  Бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения.  Организация и проведение занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной дозировкой нагрузки.  Характеристика физической нагрузки по показателю частоты пульса, регулирование её напряжённости во время занятий по развитию физических качеств. | Комплекс ОРУ 7 |
| 80. |  |  | Прыжки одной ногой толчком с разбегу. Прыжки через скакалку на время (1 минута) | 1 | Комплекс ОРУ 7 |
| 81. |  |  | Прыжки одной ногой толчком с разбегу. Прыжки через скакалку на время (1 минута) | 1 | **Соблюдать** правила ТБ при выполнении прыжковых упражнений. | Комплекс ОРУ 7 |
| 82. |  |  | Прыжки одной ногой толчком с разбегу. Прыжки через скакалку на время (1 минута) | 1 | Комплекс ОРУ 7 |
| 83. |  |  | Преодоление полосы препятствий. «Два Мороза» | 1 | **Проявлять** качества силы, координации и выносливости. | Комплекс ОРУ 8 |
| 84. |  |  | Преодоление полосы препятствий. «Два Мороза» | 1 | **Проявлять** качества силы, быстроты и выносливости при выполнении беговых и прыжковых упражнений | Комплекс ОРУ 8 |
| 85. |  |  | Преодоление полосы препятствий. «Два Мороза» | 1 | Комплекс ОРУ 8 |
| 86. |  |  | Преодоление полосы препятствий. «Два Мороза» | 1 | Комплекс ОРУ 8 |
| 87. |  |  | Преодоление полосы препятствий. «Два Мороза» | 1 | **Выявлять** характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений | Комплекс ОРУ 8 |
| 88. |  |  | Прыжок в высоту с разбега. «Пятнашки» | 1 | Комплекс ОРУ 8 |
| 89. |  |  | Прыжок в высоту с разбега. «Пятнашки» | 1 | Комплекс ОРУ 8 |
| 90. |  |  | Прыжок в высоту с разбега. «Пятнашки» | 1 | Комплекс ОРУ 8 |
| 91. |  |  | Прыжок в высоту с разбега. «Пятнашки» | 1 | **Проявлять** качества силы, быстроты и выносливости при выполнении беговых упражнений | Комплекс ОРУ 8 |
| 92. |  |  | Проверка и оценка навыков учащихся, приобретённых на уроках. П.И. | 1 | Комплекс ОРУ 8 |
| 93. |  |  | Кроссовая подготовка. Упражнения для профилактики сколиоза | 1 | Комплекс ОРУ 9 |
| 94. |  |  | Кроссовая подготовка. Упражнения для профилактики сколиоза | 1 | **Проявлять** качества силы, быстроты и выносливости при выполнении упражнений на метание мяча.  **Определять** ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма. | Комплекс ОРУ 9 |
| 95. |  |  | Кроссовая подготовка. Упражнения для профилактики сколиоза | 1 | Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.  Объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их. | Комплекс ОРУ 9 |
| 96. |  |  | Кроссовая подготовка. Упражнения для профилактики сколиоза | 1 | Комплекс ОРУ 9 |
| 97. |  |  | Перестроения. Метание малого мяча с места. Бег и метание малого мяча по целям | 1 | **Взаимодействовать** в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх | Комплекс ОРУ 9 |
| 98. |  |  | Перестроения. Метание малого мяча с места. Бег и метание малого мяча по целям | 1 | Комплекс ОРУ 9 |
| 99. |  |  | Перестроения. Метание малого мяча с места. Бег и метание малого мяча по целям | 1 | **Соблюдать** правила ТБ при выполнении прыжковых упражнений. | Комплекс ОРУ 9 |
| 100 |  |  | Перестроения. Метание малого мяча с места. Бег и метание малого мяча по целям | 1 | Комплекс ОРУ 9 |
| 101 |  |  | Проверка и оценка навыков учащихся, приобретённых на уроках. П.И. | 1 |  |
| 102 |  |  | Резервный урок. | 1 |
| 103 |  |  | Резервный урок | 1 |