

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

ВЫПИСКА
из Основной образовательной программы начального общего образования

ПРИНЯТА

Решением педагогического Совета
протокол № 6 от 03.05.2018 года

УТВЕРЖДЕНА

приказом директора ГБОУ НШ-ДС № 662
№ 76/д от 03.05.2018 года

СОГЛАСОВАНА

с Советом родителей (законных представителей)
обучающихся ГБОУ НШ-ДС № 662
протокол № 2 от 03.05.2018 года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ, 3 КЛАСС
(ПРЕДМЕТ, КЛАСС)

Составитель:
Алейникова И.В.
учитель физической культуры,
первая квалификационная категория

Кронштадт

Календарно – тематическое поурочное планирование
для 3 классов
Легкая атлетика (24ч)

Планируемые результаты

Предметные:

- обучить учащихся правилам поведения на уроке физической культуры в спортивном зале и спортивной площадке.
-оптимизация и систематизирование теоретических знаний с дальнейшим применением в учебной деятельности,
-закреплять понятие физические качества: быстрота, выносливость, сила, координация движений.

Метапредметные:

- выполнять упражнения по образцу (Р)
-уметь использовать полученные знания (Р)
- осознанно и произвольно осуществлять высказывания в устной форме (П)
— формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
— формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- активно включаться в коммуникацию со сверстниками на принципах доброжелательности, взаимопомощи, сопереживания (К)

Личностные:

-проявлять дисциплинированность, внимание, сотрудничество с одноклассниками
- видеть и чувствовать красоту движений,
— развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
— формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
-формирование бережного отношения к своему здоровью.

№ урока	Дата проведения				Тема урока	Тип урока	Основные виды учебной деятельности	Деятельность учащихся (УУД)
	3 А		3 Б					
	по плану	по факту	по плану	по факту				
1 (1)					Техника безопасности на	Вводный	Техника безопасности и охрана труда школьников во время	Раскрывать понятие «физическая культура», «безопасность».

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

				уроках физкультуры по легкой атлетике. ИО- 016- 2016. ИО- 017 - 2016 Строевые упражнения.		<p>занятий по физической культуре. Из истории физической культуры.</p> <p>Связь занятий физическими упражнениями с трудовой деятельностью народов, проживавших на территории Древней Руси.</p> <p>Понятие «комплекс физических упражнений». Целевое назначение комплексов физических упражнений</p> <p>Строевые упражнения. Организующие команды и приёмы: строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.</p> <p>Повороты кругом переступанием и по ориентирам по команде «Кругом!». Перестроение из шеренги в две шеренги по ориентирам и распоряжению учителя. Передвижение в колонне с разной дистанцией и различным темпом.</p> <p>Фигурная маршировка (по диагонали, змейкой, по кругу, противоходом).</p>	<p>Пересказывать текст по истории развития физической культуры. Объяснять связь физической культуры с традициями и обычаями народа. Характеризовать комплекс как упражнения, которые выполняют последовательно.</p> <p>Приводить примеры комплексов упражнений и определять их направленность.</p> <p><i>Характеризовать</i> строевые упражнения как совместные действия учащихся, необходимые для предупреждения травматизма на уроках физической культуры.</p> <p><i>Объяснять и демонстрировать</i> технику выполнения строевых команд.</p> <p><i>Выполнять</i> организующие команды по распоряжению учителя.</p> <p><i>Соблюдать</i> дисциплину и чёткое взаимодействие с одноклассниками при выполнении строевых упражнений, совместных движений и передвижений.</p> <p><i>Выполнять</i> фигурную маршировку.</p>
2 (2)				Строевые упражнения. Развитие	Изучение нового материала	<p>Строевые упражнения. Организующие команды и приёмы: строевые действия в</p>	<i>Характеризовать</i> строевые упражнения как совместные действия учащихся, необходимые для предупреждения

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

					выносливости организма.		шеренге и колонне; выполнение строевых команд. Повороты кругом переступанием и по ориентирам по команде «Кругом!». Перестроение из шеренги в две шеренги по ориентирам и распоряжению учителя. Передвижение в колонне с разной дистанцией и различным темпом. Фигурная маршировка (по диагонали, змейкой, по кругу, противоходом).	травматизма на уроках физической культуры. <i>Объяснять и демонстрировать</i> технику выполнения строевых команд. <i>Выполнять</i> организующие команды по распоряжению учителя. <i>Соблюдать</i> дисциплину и чёткое взаимодействие с одноклассниками при выполнении строевых упражнений, совместных движений и передвижений. <i>Выполнять</i> фигурную маршировку.
3 (3)					Строевые упражнения. Развитие выносливости организма.	Закрепление материала	Комплекс упражнений утренней зарядки. Влияние упражнений на определённые группы мышц. Правильная последовательность выполнения упражнений. Развитие физических качеств - выносливость. Связь развития физических качеств с укреплением мышц человека, улучшением работы сердца и лёгких. Выносливость. Понятие «выносливость». Зависимость выносливости от длительного выполнения физической работы. Упражнения для развития выносливости. -Бег равномерный,	Характеризовать выносливость как физическое качество человека. Определять зависимость выносливости от способности длительно выполнять физическую нагрузку. Выделять упражнения для развития выносливости из числа общеразвивающих упражнений. Характеризовать особенности выполнения упражнений для развития выносливости и демонстрировать их выполнение. <i>Совершенствовать</i> технику выполнения ранее разученных беговых упражнений в стандартных и изменяющихся условиях. <i>Выполнять</i> равномерный бег в режиме умеренной интенсивности на дистанцию 400—500 м. <i>Выполнять</i> бег с последующим ускорением на дистанцию 10—15 м. Проявлять смелость, волю,

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<p>- бег с ускорением, - бег в чередовании с ходьбой.</p> <p>Подвижная игра: «Космонавты»</p>	<p>решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры. Регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь управлять ими.</p> <p>Общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности.</p>
4(4)				Бег на дистанцию 30м.	закрепление материала	<p>Построения и перестроения. Ходьба, равномерный бег .</p>	<p><i>Демонстрировать</i> технику выполнения строевых команд.</p> <p>Выполнять комплексы упражнений.</p>
5 5)				Бег на дистанцию 30м.	совершенствование материала	<p>Комплекс общеразвивающих упражнений.</p> <p>Развитие физических качеств :быстрота. Закрепление знаний о понятие «быстрота». Зависимость быстроты от скорости движений. Упражнения для развития быстроты. Контрольные упражнения для проверки быстроты. Подводящие упражнения для развития быстроты.</p> <p>Бег на дистанцию 30м.</p> <p>Подвижная игра: «Вызов номеров» Подвижная игра: «Третий лишний»</p>	<p>Соблюдать последовательность выполнения упражнений и заданную дозировку.</p> <p>Определять зависимость проявления быстроты от, способности перемещать тело или его звенья с максимальной скоростью или частотой движений. Выполнять подводящие упражнения для развития быстроты. Характеризовать и демонстрировать особенности выполнения упражнений на развитие быстроты.</p> <p>Демонстрировать выполнение бега на дистанцию30м.</p> <p>Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры. Общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

							деятельности.
6 (6)					Прыжковые упражнения.	Изучение нового материала	Построения и перестроения. Ходьба, бег.
7 (8)					Прыжковые упражнения.	закрепление материала	<p>Комплекс общеразвивающих упражнений.</p> <p>Развитие координации движений :</p> <ul style="list-style-type: none"> -прыжки на одной ноге и на двух ногах на месте, - прыжки на одной ноге и на двух ногах с продвижением вперёд. -с поворотами вправо и влево; - с продвижением вперёд и назад -толчком одной и двумя; -левым и правым боком (толчком двумя). <p>Подвижная игра: «По кочкам»</p>
8 (8)					Челночный бег 3 x 10 м.	Изучение нового материала	Построения и перестроения. Ходьба, бег.
9 (9)					Челночный бег 3 x 10 м.	Закрепление материала	Комплекс общеразвивающих упражнений.
10(10)					Челночный бег 3 x 10 м.		<p>Выполнение беговых подготовительных упражнений:</p> <ul style="list-style-type: none"> -бег с высоким подниманием бедра, - с захлестывание голени, -бег с остановкой, - с поворотами.
							<p><i>Демонстрировать</i> технику выполнения строевых команд. Выполнять ходьбу, бег с заданной дозировкой.</p> <p>Выполнять комплексы упражнений. Соблюдать последовательность выполнения упражнений и заданную дозировку.</p> <p>Демонстрировать технику выполнения разученных прыжковых упражнений в стандартных условиях.</p> <p>Регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь управлять ими. Общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности.</p> <p>Демонстрировать выполнение комплекса общеразвивающих упражнений, определять направленность их воздействия. Выполнять комплексы упражнений. Соблюдать последовательность выполнения упражнений и заданную дозировку. Самостоятельно</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<p>Разучивание техники челночного бега на дистанцию 3x10 м.</p> <p>Подвижная игра: «Мышеловка».</p>	<p><i>составлять</i> комплекс упражнений зарядки (по образцу). Демонстрировать беговые упражнения изученными способами, с соблюдением правил техники безопасности, с указанной дозировкой. Выполнять челночный бег 3X10 м с максимальной скоростью передвижением.</p>
11 (11)				Развитие силы мышц рук и плечевого пояса	Закрепление материала	<p>Построения и перестроения. Ходьба, бег.</p>	<p>Выполнять организующие команды по распоряжению учителя. Соблюдать дисциплину и чёткое взаимодействие с одноклассниками при выполнении строевых упражнений, совместных движений и передвижений. Выполнять фигурную маршировку.</p>
12 (12)				Развитие силы мышц рук и плечевого пояса	закрепление материала	<p>Фигурная маршировка (по диагонали, змейкой, по кругу, противходом).</p> <p>Комплекс упражнений утренней зарядки.</p> <p>Понятие «сила». Зависимость силы от развития мышц. Упражнения для развития силы.</p> <p>Упражнения для развития силы сгибание – разгибание рук в упоре лежа на полу.</p> <p>Подвижная игра: «Вызов номеров»</p>	<p>Определять, для какой группы мышц предназначено упражнение. Называть последовательность выполнения упражнений. Характеризовать силу как физическое качество человека. Определять зависимость проявления силы от способности мышц максимально напрягаться. Выделять упражнения для развития силы из числа общеразвивающих упражнений.</p> <p>Характеризовать особенности упражнений для развития силы и демонстрировать их выполнение. Демонстрировать подводящие упражнения для развития силы.</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

							Выполнять контрольные упражнения для проверки силы.
13 (13)				Метание набивного мяча из – за головы.	Изучение нового материала	Построения и перестроения. Ходьба, бег.	Демонстрировать технику выполнения строевых команд. Демонстрировать выполнение ходьбы с заданием, технику бега.
14 (14)				Метание набивного мяча из – за головы.	Закрепление материала	Упражнения для профилактики и коррекции нарушений осанки Правила техники безопасности при выполнении упражнений в метании набивного мяча. Метание набивного мяча (1 кг) из –за головы на дальность двумя руками из за головы. Подвижная игра: «Тише – едешь, дальше будешь» Подвижная игра: «Тише – едешь, дальше будешь»	Выполнять упражнения, входящие в комплекс упражнений для профилактики и коррекции осанки. Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку. Самостоятельно составлять комплекс упражнений для формирования правильной осанки. Характеризовать силу как физическое качество человека. Определять зависимость проявления силы от способности мышц максимально напрягаться. Выделять упражнения для развития силы из числа общеразвивающих упражнений. Различать исходные положения. Демонстрировать выполнение метания набивного мяча из –за головы на дальность двумя руками из за головы.
15 (15)				Развитие скоростно – силовых способностей. Метание мяча в цель.	Изучение нового материала	Построения и перестроения. Ходьба, бег. Комплекс общеразвивающих упражнений.	Демонстрировать технику выполнения строевых команд. Демонстрировать выполнение ходьбы, техники бега.

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

16 (16)					Развитие скоростно – силовых способностей. Метание мяча в цель.	закрепление материала	Упражнения со скакалкой. Специальные упражнения для освоения правильного вращения скакалки. Прыжки через скакалку разными способами.	Демонстрировать выполнение комплекса общеразвивающих упражнений, определять направленность их воздействия. Выполнять комплексы упражнений. Соблюдать последовательность выполнения упражнений и заданную дозировку. . Самостоятельно составлять комплекс упражнений зарядки (по образцу). Выполнять и демонстрировать упражнения для развития силы, быстроты, координации движений. Выполнять прыжки через скакалку разными способами. Характеризовать и демонстрировать технику метания мяча в цель. Выполнять метание мяча в цель. Выполнять метание малого мяча на максимальный результат.
17 (17)					Метание мяча в цель.	Совершенствование материала	Правила техники безопасности при выполнении упражнений в метании малого мяча в цель. Выполнение техники метания мяча в цель с 4м. Выполнение техники метания мяча в цель с 6 м. Подвижная игра: «Попади в мишень»	
18 (18)					Прыжки в длину с места. Развитие координации движений.	Изучение нового материала	Построения и перестроения. Ходьба, бег	Демонстрировать технику выполнения строевых команд. Выполнять упражнения, входящие в комплекс упражнений для профилактики и коррекции осанки. Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку. Демонстрировать технику выполнения разученных прыжковых упражнений в стандартных условиях. Формирование умения понимать причины успеха и неуспеха в учебной деятельности и способности конструктивно действовать.
19 (19)					Прыжки в длину с места.	Закрепление материала	Упражнения для профилактики и коррекции нарушений осанки Развитие физических качеств: координация движений, скоростно – силовые. Выполнение техники прыжка в длину с места. Физические упражнения и их	

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						разнообразии. Координационные упражнения с маленьким мячом в движении. Подвижные игры: «Шишки-жёлуди-орехи»	Сравнивать физические упражнения с естественными движениями и передвижениями, находить общее и различное. Демонстрировать и выполнять координационные упражнения с маленьким мячом по образцу.
20 (20)				Прыжки в длину с места. Метание набивного мяча из положения сидя.	комбинированный	Построения и перестроения. Ходьба, бег Упражнения для профилактики и коррекции нарушений осанки Совершенствование техники прыжка в длину с места. Учет двигательной подготовленности по прыжкам в длину с места. Правила техники безопасности при выполнении упражнений в метании набивного мяча. Метание набивного мяча на дальность двумя руками из положения сидя.	<i>Демонстрировать</i> технику выполнения строевых команд. Выполнять упражнения, входящие в комплекс упражнений для профилактики и коррекции осанки. Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку. Самостоятельно составлять комплекс упражнений для формирования правильной осанки. <i>Демонстрировать</i> технику выполнения разученных прыжковых упражнений в соревновательных условиях. Демонстрировать выполнение контрольных испытаний. Выделять упражнения для развития силы из числа общеразвивающих упражнений. Различать исходные положения.
21 (21)				Метание набивного мяча из положения сидя.	Закрепление материала	Построения и перестроения. Ходьба, бег Упражнения для профилактики и коррекции нарушений осанки	<i>Демонстрировать</i> технику выполнения строевых команд. Выполнять упражнения, входящие в комплекс упражнений для профилактики и коррекции осанки.

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<p>Правила техники безопасности при выполнении упражнений в метании набивного мяча. Метание набивного мяча на дальность двумя руками из положения сидя.</p> <p>Подвижная игра: «Шишки-жёлуди-орехи»»</p>	<p>Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку. Самостоятельно составлять комплекс упражнений для формирования правильной осанки.</p> <p>Характеризовать силу как физическое качество человека. Определять зависимость проявления силы от способности мышц максимально напрягаться. Выделять упражнения для развития силы из числа общеразвивающих упражнений. Различать исходные положения.</p> <p>Регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь управлять ими. Общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности.</p>
22 (22)				Метание мяча на дальность. Развитие силы мышц рук и плечевого пояса.	Изучение нового материала	<p>Построения и перестроения. Ходьба, бег</p> <p>Комплекс упражнений без предметов</p>	<p><i>Демонстрировать</i> технику выполнения строевых команд. Выполнять ходьбу, бег в умеренном темпе по заданной дозировке.</p>
23 (23)				Метание мяча на дальность	Закрепление материала	<p>Правила техники безопасности при выполнении упражнений в метании мяча на дальность, стоя на месте. Метания мяча на дальность. Развитие физических качеств - сила. Контрольные упражнения для</p>	<p>Выполнять упражнения, входящие в комплекс упражнений без предметов. Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку. Самостоятельно составлять комплекс упражнений.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений в</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<p>проверки силы мышц рук, ног и туловища.</p> <p>Упражнения для развития силы сгибание – разгибание рук в упоре лежа на полу (в висе на низкой перекладине)</p>	<p>метании мяча на дальность. Характеризовать и демонстрировать технику метания мяча на дальность. Выполнять метание мяча на максимально возможный результат.</p> <p>Характеризовать силу как физическое качество человека. Определять зависимость проявления силы от способности мышц максимально напрягаться. Выделять упражнения для развития силы из числа общеразвивающих упражнений. Демонстрировать выполнение упражнений.</p> <p>Регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь управлять ими. Общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности.</p>
24(24)				Подвижные игры с бегом. Итоги I четверти.	Комбинированный	<p>Построения и перестроения. Ходьба, бег. Комплекс общеразвивающих упражнений.</p> <p>Выполнение фигурной маршировки: - по кругу, -«змейкой», - с остановками, поворотами.</p> <p>Выполнение игровых эстафет с бегом.</p>	<p><i>Демонстрировать</i> технику выполнения строевых команд. Демонстрировать выполнение ходьбы и бега с заданной дозировкой. Демонстрировать выполнение комплекса общеразвивающих упражнений, определять направленность их воздействия.</p> <p>Выполнять комплексы упражнений. Соблюдать последовательность выполнения упражнений и заданную дозировку.</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

							Подведение итогов I четверти.	<p>Демонстрировать выполнение фигурной маршировки с соблюдением заданной дистанции, команды выполнять по сигналу учителя.</p> <p>Демонстрировать расстановку в спортивном зале по команде учителя. Выполнять эстафеты с соблюдением техники безопасности и правил. Демонстрировать навыки бега изученные ранее.</p> <p>Анализ собственной деятельности учащихся.</p>
--	--	--	--	--	--	--	-------------------------------	--

Гимнастика (24 ч)

Планируемые результаты

<p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучить учащихся правилам поведения на уроке физической культуры. -обучить понятиям «комплекс физических упражнений» и их целевым назначениям, -оптимизация и систематизирование теоретических знаний с дальнейшим применением в учебной деятельности. — Научить выполнению простейших акробатических и гимнастических комбинаций, техники лазания и перелезания, упражнениям в равновесии на гимнастическом бревне на высоком качественном уровне; давать характеристику признаков техничного исполнения. 	<p>Метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять упражнения по образцу (Р) -уметь использовать полученные знания (Р) - осознанно и произвольно осуществлять высказывания в устной форме (П) - активно включаться в коммуникацию со сверстниками на принципах доброжелательности, взаимопомощи, сопереживания (К) - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления; 	<p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> -проявлять дисциплинированность, внимание, сотрудничество с одноклассниками - видеть и чувствовать красоту движений, — использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
---	---	--

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

— Развитие физических качеств: ловкость, координация движений, равновесие.		
--	--	--

№ урока	Дата проведения				Тема урока	Тип урока	Основные виды учебной деятельности	Деятельность учащихся (УУД)
	ЗА		ЗБ					
	по плану	по факту	по плану	по факту				
1 (25)					Техника безопасности на уроке по гимнастике. ИОТ – 002- 2016 Лазание по наклонной гимнастической скамейке.	Вводный	<p>Организующие команды, выполняемые стоя на месте и при передвижении: «Вольно!», «Равняйся!», «Смирно!», «Шагом марш!», «На месте», «Группа, стой!».</p> <p>Построение' в шеренгу и колонну по ориентирам. Перестроение из шеренги в колонну и обратно</p>	<p>Выполнять организующие команды по распоряжению учителя. Соблюдать дисциплину и чётко взаимодействовать с товарищами при выполнении строевых упражнений (например, во время построения в шеренгу и перестроения из шеренги в колонну; при передвижении строем и т. п.).</p>
2 (26)					Лазание по наклонной гимнастической скамейке.	Закрепление материала	<p>уступами. Повороты прыжком по командам: «Прыжком налево!», «Прыжком направо!».</p> <p>Ходьба на носках, на пятках с различными положениями рук.</p> <p>Что такое комплексы физических упражнений. Целевое назначение комплексов физических упражнений.</p> <p>Техника безопасности при выполнении упражнений на гимнастической скамейке.</p> <p>Упражнения в лазании:</p>	<p>Демонстрировать и выполнять заданную ходьбу с соблюдением дистанции.</p> <p>Характеризовать комплекс как упражнения, которые выполняют последовательно. Приводить примеры комплексов упражнений и определять их направленность.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений в лазании на гимнастической скамейке, стенке, лестнице</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<p>-на коленях, -на четвереньках, - стоя, подтягиваясь с канатиком.</p> <p>Подвижная игра: «Конники-спортсмены»</p>	<p>Демонстрировать правильное выполнение упражнений в лазании, по распоряжению учителя.</p> <p>Участвовать в подвижных играх.</p>
3 (27)				Лазание по гимнастической стенке.	Закрепление материала	Строевые упражнения.	Проявлять интерес и желание демонстрировать свои физические возможности и способности, технику выполнения освоенных двигательных действий.
4 (28)				Лазание по гимнастической стенке.	Совершенствование материала	<p>Ходьба на носках, на пятках с различными положениями рук с гимнастической палкой.</p> <p>Комплекс упражнения для формирования навыка правильной осанки с гимнастическими палками.</p> <p>Техника безопасности при выполнении упражнений в лазании по гимнастической стенке.</p> <p>Лазание по гимнастической стенке.</p> <p>Подвижная игра: «Тише – едешь, дальше – будешь!»</p>	<p>Проявлять доброжелательность, сдержанность и уважение к соперникам и игрокам своей команды в процессе игровой деятельности.</p> <p>Демонстрировать правильное выполнение техники лазания гимнастической стенке ранее изученными способами.</p>
5 (29)				Лазание по канату, развитие силы мышц рук.	комбинированный	Строевые упражнения. Построения, перестроения.	Выполнять организующие команды по распоряжению учителя.
6 (30)				Лазание по канату, лазание по гимнастической	Закрепление материала	Ходьба на носках, на пятках с различными положениями рук с гимнастической палкой.	Демонстрировать и выполнять заданную ходьбу с соблюдением дистанции.

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

					стенке.			
7 (31)					Лазание по канату, лазание по гимнастической стенке, упражнения в перелезании.	комбинированный	<p>Комплекс упражнения для формирования навыка правильной осанки с гимнастическими палками.</p> <p>Техника безопасности при выполнении упражнений в лазании по канату.</p> <p>Лазание по канату: -из положения сидя, -из положения стоя. - из положения стоя на коленях.</p> <p>Упражнения для развития силы. Упражнения для развития силы сгибание – разгибание рук в упоре лежа на полу (в висе на низкой перекладине)</p> <p>Техника выполнения лазания по канату с переходом на гимнастическую стенку. Подвижная игра: «Тише –едешь, дальше – будешь!»</p> <p>Упражнения в перелезании через «гимнастического козла», стопку гимнастических матов.</p>	<p>Выполнять комплекс упражнения для формирования навыка правильной осанки с гимнастическими палками. <i>Соблюдать</i> последовательность и дозировку включаемых в комплекс упражнений.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений в лазании по канату и на гимнастической стенке.</p> <p>Характеризовать лазание по канату как силовое упражнение. Демонстрировать правильное выполнение техники лазания по канату.</p> <p>Проявлять находчивость в решении игровых задач, возникающих в процессе подвижных игр. Проявлять доброжелательность, сдержанность и уважение к соперникам и игрокам своей команды в процессе игровой деятельности.</p> <p>Демонстрировать умения выполнения лазания по канату с переходом на гимнастическую стенку в учебной и игровой деятельности.</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

							Демонстрировать и правильно выполнять упражнения в перелезании индивидуально.
8 (32)				Развитие функции равновесия на гимнастическом бревне.	Изучение нового материала	Строевые упражнения. Ходьба, бег.	Выполнять организующие команды по распоряжению учителя. Соблюдать дисциплину и чётко взаимодействовать с товарищами при выполнении строевых упражнений (например, во время построения в шеренгу и перестроения из шеренги в колонну; при передвижении строем и т. п.). Выполнять ходьбу и бег с соблюдением правил, с заданной дозировкой. Выполнять комплекс общеразвивающих упражнений сидя на полу. <i>Соблюдать</i> последовательность и дозировку включаемых в комплекс упражнений. Выполнять по распоряжению учителя. Характеризовать равновесие как физическое качество человека. Определять зависимость равновесия от способности удерживать тело в заданной позе стоя на месте или при передвижении. Выделять упражнения для развития равновесия из числа общеразвивающих упражнений.
9 (33)				Развитие функции равновесия на гимнастическом бревне.	Закрепление материала	Комплекс общеразвивающих упражнений без предметов сидя на полу. Равновесие. Понятие «равновесие». Зависимость равновесия от удержания позы тела.	
10 (34)				Развитие функции равновесия на гимнастическом бревне.	совершенствование материала	Упражнения в равновесии на гимнастическом бревне: - ходьба на носках, руки на поясе, - ходьба на носках, руки в стороны. - ходьба на носках правым – левым боком, руки на поясе, -повороты на носках Подвижная игра: «Волна» Подвижная игра: «Выше ноги от земли»	

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

							Выполнять упражнения для равновесия в учебной деятельности, по распоряжению учителя.
11 (35)				Мини – полоса препятствий.	комбинированный	<p>Строевые упражнения. Ходьба на носках, на пятках с различными положениями рук.</p> <p>Комплекс общеразвивающих упражнений без предметов</p> <p>Техника преодоления полосы препятствий, включающих в себя: передвижение по гимнастической стенке, подтягивание на гимнастической скамейке и перелезание через горку матов; ползание по-пластунски, проползание под гимнастическим козлом (конём); запрыгивание на горку матов и спрыгивание с неё, передвижение по наклонной гимнастической скамейке вверх и вниз, приставными шагами правым и левым боком.</p>	<p>Выполнять организующие команды по распоряжению учителя. Соблюдать дисциплину и чётко взаимодействовать с товарищами при выполнении строевых упражнений (например, во время построения в шеренгу и перестроения из шеренги в колонну; при передвижении строем и т. п.). Демонстрировать и выполнять заданную ходьбу с соблюдением дистанции.</p> <p>Называть упражнения, входящие в комплекс общеразвивающих упражнений. Выполнять упражнения.</p> <p>Демонстрировать технику упражнений, разученных для преодоления искусственных полос препятствий. Уверенно преодолевать полосы препятствий в стандартных, игровых и соревновательных условиях.</p>
12 (36)				Акробатические упражнения.	Изучение нового материала	Строевые упражнения. Ходьба на носках, на пятках с различными положениями рук.	Выполнять организующие команды по распоряжению учителя.
13 (37)				Акробатические упражнения.	закрепление материала		
14 (38)				Акробатические упражнения.	закрепление материала	Комплекс общеразвивающих упражнений без предметов	Демонстрировать и выполнять заданную ходьбу с соблюдением дистанции.

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

15 (39)				Акробатические упражнения	закрепление материала	История возникновения акробатики и гимнастики.	Называть упражнения, входящие в комплекс общеразвивающих упражнений. Выполнять упражнения.
16 (40)				Совершенствование акробатических упражнений.	Совершенствование материала	<p>Совершенствование акробатических упражнений: упор «присев», перекаты из упора присев, стойках на лопатках, согнув ноги. Стойка на лопатках, выпрямив ноги. Полупереворот назад из стойки на лопатках в стойку на коленях. Кувырок вперёд в группировке. Кувырок назад в группировке.</p> <p>Укрепление мышц брюшного пресса: поднимание и опускание туловища из положения лежа на спине, ноги согнуты в коленях, руки за голову</p>	<p>Рассказывать об истории возникновения современной акробатики и гимнастики.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений.</p> <p>Выполнять ранее разученные упражнения в стандартных и изменяющихся условиях.</p> <p>Характеризовать и демонстрировать технику выполнения стойки на лопатках, согнув ноги.</p> <p>Характеризовать и демонстрировать технику выполнения стойки на лопатках, выпрямив ноги.</p> <p>Характеризовать и демонстрировать технику выполнения полупереворота назад, кувырок вперёд и назад.</p> <p>Демонстрировать умения выполнять упражнение индивидуально.</p> <p>Проявлять самостоятельность,</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

							решительность к достижению цели. Выполнять организующие команды
16(41)				Развитие гибкости позвоночника.	Изучение нового материала	Строевые упражнения. Ходьба, бег.	Выполнять организующие команды по распоряжению учителя.
17 (42)				Развитие гибкости позвоночника.	Закрепление материала	Упражнения для укрепления мышц туловища в движении.	Соблюдать дисциплину и чётко взаимодействовать с товарищами при выполнении строевых упражнений (например, во время построения в шеренгу и перестроения из шеренги в колонну; при передвижении строем и т. п.).
18(43)				Развитие гибкости позвоночника.	совершенствование материала	<p>Понятие «гибкость», ее влияние на здоровье человека.</p> <p>Выполнение упражнений для развития гибкости</p> <ul style="list-style-type: none"> - лежа на спине, - лежа на животе, - из положения сидя. 	<p>Демонстрировать ходьбу и бег с соблюдением правил, заданной дозировкой.</p> <p>Выполнять упражнения, входящие в комплексы упражнений для укрепления туловища. Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку.</p> <p>Уметь характеризовать понятие «гибкость».</p> <p>Демонстрировать выполнение</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

							упражнений для развития гибкости. Выполнять организующие команды
19 (44)				Висы, упражнения в висе на гимнастической стенке.	Закрепление материала	Строевые упражнения. Ходьба, бег. Комплекс общеразвивающих упражнений без предметов.	Выполнять организующие команды по распоряжению учителя.
20 (45)				Висы, упражнения в висе на гимнастической стенке.	комбинированный	Правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений на низкой перекладине.	Демонстрировать выполнение ходьбы и бега с соблюдением правила заданной дозировки.
22 (46)				Висы, упражнения в висе на гимнастической стенке.	Совершенствование материала	Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы: Вис на согнутых руках. Вис стоя спереди, сзади. Вис завесом одной и вис завесом двумя. Укрепление мышц брюшного пресса: поднимание и опускание туловища из положения лежа на спине, ноги согнуты в коленях, руки за голову (скрестно перед собой)	Называть упражнения, входящие в комплекс общеразвивающих упражнений. Выполнять упражнения . Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений на низкой перекладине. Демонстрировать технику разученных висов на низкой гимнастической перекладине. Демонстрировать умения выполнять упражнение индивидуально. Проявлять самостоятельность, решительность к достижению цели.
23 (47)				Игровые эстафеты с элементами гимнастики	Совершенствование	Строевые упражнения. Ходьба, бег.	Выполнять организующие команды по распоряжению учителя.
24 (48)				Подвижные игры с лазанием. Итоги II четверти.	Совершенствование материала	Упражнения для укрепления мышц туловища в движении с предметами. Подвижные игры:	Демонстрировать выполнение ходьбы и бега с соблюдением правила заданной дозировки. Выполнять упражнения, входящие в

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						«Альпинисты», «выше ноги от земли». Подведение итогов II четверти.	<p>комплексы упражнений для укрепления туловища. Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку.</p> <p>Участвовать в подвижных играх. Проявлять доброжелательность, сдержанность и уважение к соперникам и игрокам своей команды в процессе игровой деятельности.</p> <p>Оценивание собственной деятельности</p>
--	--	--	--	--	--	---	--

Элементы спортивных игр (30ч)

Планируемые результаты

<p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучить учащихся правилам поведения на уроке физической культуры. -обучить самостоятельным наблюдением за состоянием своего организма, -оптимизация и систематизирование теоретических знаний с дальнейшим применением в учебной деятельности, — научить выполнению техническим приемам спортивных игр: баскетбол, футбол, волейбол, давать характеристику признаков техничного исполнения. - закреплять понятие физические качества, ловкость, быстрота, выносливость, координация движений. 	<p>Метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять упражнения по образцу (Р) -уметь использовать полученные знания (Р) - осознанно и произвольно осуществлять высказывания в устной форме (П) - активно включаться в коммуникацию со сверстниками на принципах доброжелательности, взаимопомощи, сопереживания (К) - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления; 	<p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> -проявлять дисциплинированность, внимание, сотрудничество с одноклассниками - видеть и чувствовать красоту движений, — использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека; - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
---	---	--

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

№ урока	Дата проведения				Тема урока	Тип урока	Основные виды учебной деятельности	Деятельность учащихся (УУД)
	3А		3Б					
	по плану	по факту	по плану	по факт у				
1 (49)					Техника безопасности на уроке по спортивным и подвижным играм. ИОТ- 004-2016 Подвижные игры.	Вводный	Как измерить физическую нагрузку. Пульс и его измерение. Строевые упражнения. Подвижные игры с бегом и прыжками.	<p>Определять связь повышения физической нагрузки с повышением частоты пульса — чем выше нагрузка, тем чаще пульс. Измерять величину пульса в покое и после физической нагрузки. Находить разницу в величинах пульса при выполнении упражнений с разной нагрузкой процедур.</p> <p>Характеризовать строевые упражнения как совместные действия учащихся, необходимые для предупреждения травматизма на уроках физической культуры. Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд. Называть способы построения и различать их между собой. Играть в подвижные игры. Владеть правилами организации и проведения подвижных игр, готовить места занятий с учётом правил техники безопасности.</p>
2 (50)					Элементы баскетбола: передача и ловля	комбинированный	Строевые упражнения. Ходьба, бег.	Демонстрировать технику выполнения строевых команд.

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

					мяча двумя руками от груди.				
3 (51)					Элементы баскетбола: передача мяча двумя руками от груди, в движении.	Изучение нового материала		Комплекс общеразвивающих упражнений на месте. Техника безопасности при выполнении упражнений с мячом.	Выполнять ходьбу, бег с соблюдением правил и с заданной дозировкой.
4 (52)					Элементы баскетбола: передача мяча двумя руками от груди, в движении.	закрепление материала		Правила игры в баскетбол. Перемещение по залу подскоками, приставными шагами правым, левым боком, спиной вперед с мячом в руках. Выполнение элементов баскетбола: - передача и ловля баскетбольного мяча двумя руками от груди на месте, - передача мяча после ведения мяча на месте, -передача мяча в движении. Подвижная игра: «Брось - поймай»	Выполнять комплекс общеразвивающих упражнений по образцу. Раскрывать понятие «спортивные игры». Характеризовать отличия спортивных игр от подвижных игр. Рассказывать об истории возникновения и развития игры в баскетбол. Излагать общие правила игры в баскетбол Демонстрировать выполнение технических приемов игры в баскетбол в учебной и игровой деятельности. Выполнение элементов в паре. Общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности
5 (53)					Элементы баскетбола: ведение мяча на месте, в движении.	Изучение нового материала		Строевые упражнения. Ходьба, бег.	Демонстрировать технику выполнения строевых команд.
6 (54)					Элементы баскетбола: ведение мяча на месте, в движении.	Закрепление материала		Комплекс общеразвивающих упражнений на месте. Техника безопасности при выполнении упражнений с мячом.	Выполнять комплекс общеразвивающих упражнений по образцу. Демонстрировать ходьбу и бег с соблюдением правил и с заданной

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<p>Перемещение по залу подскоками, приставными шагами правым, левым боком, спиной вперед с мячом в руках.</p> <p>Выполнение элементов баскетбола: - ведение мяча на месте и шагом по прямой, -по дуге и «змейкой», -ведение баскетбольного мяча в беге по прямой, дуге и «змейкой». - обводка стоек в передвижении шагом и медленным бегом.</p> <p>Подвижная игра: «Пятнашки с ведением мяча».</p>	<p>дозировкой.</p> <p>Соблюдать и выполнять технику безопасности при выполнении упражнений с мячом.</p> <p>Знать и излагать основные правила игры в баскетбол.</p> <p>Выполнять специальные передвижения баскетболиста с мячом в руках, в условиях учебной и игровой деятельности</p> <p>Описывать технику ведения мяча ранее изученными способами.</p> <p>Демонстрировать технику ведения в условиях учебной и игровой деятельности.</p>
7 (55)				Элементы баскетбола: ведение мяча, остановка в шаге.	Изучение нового материала	Строевые упражнения. Ходьба, бег.	Демонстрировать технику выполнения строевых команд. Выполнять комплекс общеразвивающих упражнений по образцу.
8 (56)				Элементы баскетбола: ведение мяча, остановка в шаге.	закрепление материала	<p>Комплекс общеразвивающих упражнений на месте.</p> <p>Техника безопасности при выполнении упражнений с мячом.</p> <p>Перемещение по залу подскоками, приставными шагами правым, левым боком, спиной вперед с мячом в руках.</p>	<p>Соблюдать и выполнять технику безопасности при выполнении упражнений с мячом.</p> <p>Знать и излагать основные правила игры в баскетбол.</p> <p>Выполнять специальные передвижения баскетболиста с мячом в руках,</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<p>Элементы баскетбола:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ведение мяча на месте и шагом по прямой, - обводка стоек в передвижении шагом и медленным бегом. -остановки в шаге после ведения мяча. 	<p>в условиях учебной и игровой деятельности</p> <p>Демонстрировать технику ведения в условиях учебной и игровой деятельности.</p> <p>Характеризовать и демонстрировать технику обводки стоек в передвижении шагом и медленным бегом в условиях учебной и игровой деятельности.</p> <p>Демонстрировать и выполнять технику остановки в шаге после ведения мяча индивидуально.</p>
9 (57)				<p>Элементы баскетбола: ведение мяча в движении, бросок мяча в кольцо двумя руками.</p>	<p>Изучение нового материала</p>	<p>Строевые упражнения. Ходьба, бег.</p> <p>Комплекс упражнений для мышц рук и ног с набивными мячами.</p>	<p>Характеризовать строевые упражнения как совместные действия учащихся, необходимые для предупреждения травматизма на уроках физической культуры.</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

10 (58)				Элементы баскетбола: ведение мяча в движении, бросок мяча в кольцо двумя руками.	Закрепление материала	<p>Техника безопасности при выполнении упражнений с мячом.</p> <p>Перемещение по залу подскоками, приставными шагами правым, левым боком, спиной вперед с мячом в руках.</p> <p>Элементы баскетбола: - ведение мяча шагом по прямой, «змейкой,» - ведение мяча с остановкой в шаге.</p> <p>Разучить технику броска мяча в кольцо от головы.</p>	<p>Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p> <p>Демонстрировать ходьбу и бег с соблюдением правил и с заданной дозировкой.</p> <p>Развивать мышцы рук и ног с дополнительным внешним отягощением, с набивным мячом. Выполнять комплекс упражнений по образцу.</p> <p>Соблюдать и выполнять технику безопасности при выполнении упражнений с мячом.</p>
11 (59)				Элементы баскетбола: бросок мяча в кольцо двумя руками от головы	Изучение нового материала	<p>Строевые упражнения. Ходьба, бег. Комплекс упражнений для мышц рук и ног с набивными мячами.</p>	<p>Знать и излагать основные правила игры в баскетбол.</p>
12 (60)				Элементы баскетбола: бросок мяча в кольцо двумя руками от головы	закрепление материала	<p>Техника безопасности при выполнении упражнений с мячом.</p>	<p>Выполнять специальные передвижения баскетболиста с мячом в руках, в условиях учебной и игровой деятельности</p>
13 (61)				Элементы баскетбола: Совершенствование изученных элементов.	Совершенствование материала	<p>Выполнение броска мяча в кольцо двумя руками от головы.</p> <p>Подвижная игра: «Попади в кольцо»</p> <p>Элементы баскетбола: - ведение мяча шагом по прямой, «змейкой,»</p>	<p>Демонстрировать технику ведения в условиях учебной и игровой деятельности.</p> <p>Характеризовать и демонстрировать технику обводки стоек в передвижении шагом и медленным бегом в условиях учебной и игровой деятельности.</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

							<ul style="list-style-type: none"> - ведение мяча с остановкой в шаге. -броска мяча в кольцо от головы, - передача мяча двумя руками от груди в движении. 	<p>Характеризовать и демонстрировать технику броска мяча в кольцо с расстояния 6—8 м.</p> <p>Демонстрировать и выполнять технику броска мяча в кольцо.</p>
14 (62)				Элементы футбола: ведение футбольного мяча в заданном направлении.	Изучение нового материала		<p>Строевые упражнения. Ходьба, бег.</p> <p>Общеразвивающие упражнения, воздействующие на развитие физических качеств, необходимых для освоения технических действий игры в футбол.</p> <p>История возникновения игры в футбол. Правила игры в футбол.</p> <p>Элементы футбола: - владение футбольным мячом на месте, - прокатывание мяча и остановка, - передача и остановка мяча, - ведение мяча в движении, -ведение мяча в заданном направлении.</p>	<p>Называть и выполнять правила выполнения строевых упражнений. Выполнять комплекс общеразвивающих упражнений по образцу.</p> <p>Раскрывать понятие «спортивные игры». Характеризовать отличия спортивных игр от подвижных игр.</p> <p>Рассказывать об истории возникновения и развития игры в футбол. Излагать общие правила игры в футбол.</p> <p>Демонстрировать выполнение технических приемов игры в футбол в учебной и игровой деятельности. Выполнение элементов индивидуально и в паре.</p>
15 (63)				Элементы футбола: ведение футбольного мяча в заданном направлении.	Закрепление материала		<p>Строевые упражнения. Ходьба, бег.</p> <p>Общеразвивающие упражнения, воздействующие на развитие физических качеств, необходимых для освоения технических действий игры в футбол.</p> <p>История возникновения игры в футбол. Правила игры в футбол.</p> <p>Элементы футбола: - владение футбольным мячом на месте, - прокатывание мяча и остановка, - передача и остановка мяча, - ведение мяча в движении, -ведение мяча в заданном направлении.</p>	<p>индивидуально и в паре. Выполнять удары внутренней стороной стопы («щёчкой»).</p> <p>Выполнять правила игры. Управлять эмоциями в процессе игровой деятельности, демонстрировать сдержанность и терпимость к своим ошибкам и</p>
16(64)				Элементы футбола: ведение мяча, удар по неподвижному мячу.	Изучение нового материала		<p>Строевые упражнения. Ходьба, бег.</p> <p>Общеразвивающие упражнения, воздействующие на развитие физических качеств, необходимых для освоения технических действий игры в футбол</p> <p>Правила игры в футбол.</p>	
17 (65)				Элементы футбола: ведение мяча, удар по неподвижному мячу.	Закрепление материала			
18 (66)				Элементы футбола: удар по неподвижному мячу, по	Комбинированный			

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

					катящемуся мячу.				
19 (67)					Элементы футбола: удар по катящемуся мячу.	Совершенствование материала	Выполнение элементов футбола: - ведение мяча в движении, - ведение мяча в заданном направлении. - имитация движений удара по не подвижному мячу. Строчные упражнения. Ходьба, бег.	ошибкам товарищей. Взаимодействовать со сверстниками. Проявлять активность и творчество в игровых ситуациях, при решении возникающих игровых задач.	
20 (68)				Элементы футбола: остановка мяча после ведения.	Изучение нового материала.				
21 (69)				Элементы футбола: остановка мяча после ведения.	закрепление материала.				
22 (70)				Элементы футбола: сочетание технических приемов.	Совершенствование материала	Специальные передвижения футболиста без мяча: частый бег; прыжки вверх с поворотами в правую и левую стороны; бег лицом и спиной вперед. - имитационные движения удара по катящемуся мячу, - удара по катящемуся мячу, - удара по катящемуся мячу после ведения, остановка мяча после прокатывания, - остановка мяча после удара. Игра: «Мини - футбол»			
23 (71)					Элементы волейбола: ловля и передача мяча без касания.	Изучение нового материала	Строчные упражнения. Ходьба, бег.	Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.	
24 (72)					Элементы волейбола: ловля и передача мяча без касания.	закрепление материала	История возникновения игры в волейбол. Правила игры в волейбол Комплекс упражнения для формирования правильной осанки.	Выполнять ходьбу и бег с соблюдением правил и с заданной дозировкой. Знать и излагать элементарные правила игры в волейбол. Выполнять комплекс упражнения	

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<p>Техника безопасности при выполнении упражнений с мячом.</p> <p>Совершенствование стойки волейболиста.</p> <p>Совершенствование изученных элементов волейбола: - ловля и передача мяча двумя руками от головы. - подбрасывания мяча на заданную высоту на месте, в движении шагом, - передача и ловля мяча без касания.</p>	<p>для формирования правильной осанки по образцу и заданной дозировке.</p> <p>Соблюдать и выполнять технику безопасности при выполнении упражнений с мячом.</p> <p>Демонстрировать стойку волейболиста, выполнять имитационные движения.</p> <p>Демонстрировать и выполнять передачу и ловлю волейбольного мяча различными способами индивидуально и в парах.</p> <p>Демонстрировать технику выполнения подбрасывания мяча на заданную высоту на месте.</p> <p>Выполнять ловлю и передачу волейбольного мяча без касания о туловище.</p>
25 (73)				Элементы волейбола: прием и передача мяча через сетку.	Комбинированный	Строевые упражнения. Ходьба, бег.	Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.
26 (74)				Элементы волейбола: прием и передача мяча через сетку.	Закрепление материала	Комплекс упражнений для укрепления пальцев рук, мышц рук, плечевого пояса, туловища.	Выполнять ходьбу и бег с соблюдением правил и с заданной

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

27 (75)				Элементы волейбола: прием и передача мяча через сетку.	Совершенствование материала	<p>Техника безопасности при выполнении упражнений с мячом.</p> <p>Выполнение специальных подводящих движений для освоения техники передачи мяча сверху двумя руками.</p> <p>элементы волейбола: - ловля и передача мяча двумя руками от головы. - подбрасывания мяча на заданную высоту на месте, в движении шагом. - передача и ловля мяча без касания.</p> <p>Подвижная игра: «Не давай мяч водящему».</p> <p>Подвижная игра: «Мини – волейбол»</p>	<p>дозировкой.</p> <p>Знать и излагать элементарные правила игры в волейбол.</p> <p>Выполнять комплекс упражнения для формирования правильной осанки по образцу и заданной дозировке.</p> <p>Соблюдать и выполнять технику безопасности при выполнении упражнений с мячом.</p> <p>Демонстрировать стойку волейболиста, выполнять имитационные движения.</p> <p>Демонстрировать и выполнять передачу и ловлю волейбольного мяча различными способами индивидуально и в парах.</p>
28 (76)				Элементы волейбола: перемещение по зонам, подача мяча	Изучение нового материала	<p>Строевые упражнения.</p> <p>Комплекс упражнений для укрепления пальцев рук, мышц рук, плечевого пояса, туловища.</p> <p>Техника безопасности при выполнении упражнений с мячом.</p>	<p>Выполнять ловлю и передачу волейбольного мяча без касания о туловище.</p> <p>Проявлять активность и творчество в игровых ситуациях, при решении возникающих игровых задач.</p> <p>Демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p>
29(77)			Элементы волейбола: перемещение по зонам, подача мяча	Закрепление материала	<p>Элементы волейбола: - ловля и передача мяча двумя</p>		
30 (78)				Элементы волейбола:	Совершенствование		

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

					совершенствование изученных элементов. Итоги III четверти.	материала	руками от головы. - подбрасывания мяча на заданную высоту на месте, в движении шагом. - передача и ловля мяча без касания. Подвижная игра: «мини – волейбол» Строевые упражнения. Подвижная игра: «Мини – волейбол» Итоги III четверти.	Выполнять правила игры. Управлять эмоциями в процессе игровой деятельности, демонстрировать сдержанность и терпимость к своим ошибкам и ошибкам товарищей. Взаимодействовать со сверстниками. Проявлять активность и творчество в игровых ситуациях, при решении возникающих игровых задач. Анализирование собственной деятельности.
--	--	--	--	--	---	-----------	---	--

Легкая атлетика (24 ч)

Планируемые результаты

<p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучить учащихся правилам поведения на уроке физической культуры в спортивном зале и спортивной площадке. -оптимизация и систематизирование теоретических знаний с дальнейшим применением в учебной деятельности, -закреплять понятие физические качества: быстрота, выносливость, сила, координация движений. — выполнение технических действий из базовых видов спорта; бег, прыжки различными способами, метание мяча. Применение их в игровой и соревновательной деятельности. 	<p>Метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять упражнения по образцу (Р) -уметь использовать полученные знания (Р) - осознанно и произвольно осуществлять высказывания в устной форме (П) — формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата; — формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; 	<p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> -проявлять дисциплинированность, внимание, сотрудничество с одноклассниками - видеть и чувствовать красоту движений, — развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; - формирование бережного отношения к своему здоровью.
---	--	---

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

	- активно включаться в коммуникацию со сверстниками на принципах доброжелательности, взаимопомощи, сопереживания (К)	
--	--	--

№ урока	Дата проведения				Тема урока	Тип урока	Основные виды учебной деятельности	Деятельность учащихся (УУД)
	3А		3Б					
	по плану	по факту	по плану	по факту				
1 (79)					Техника безопасности и правила поведения на уроках по легкой атлетике ИО – 016- 2016, ИО – 017 – 2016 Многоскоки.	Вводный	<p>Теоретические сведения о технике безопасности при выполнении упражнения из раздела по легкой атлетике.</p> <p>Строевые упражнения. Построения. Строевые команды: «В одну шеренгу становись!»; «Равняйся!»; «Направо!»; «Налево!»; «Смирно!»; «Шагом марш!»; «На месте стой!». Строевые построения: в колонну по одному, в колонну по два, в две шеренги. Значение строевых упражнений для занятий физической культурой. Правила выполнения строевых упражнений.</p> <p>Разучить технику прыжков «Многоскоки»</p> <p>Подвижные игры: «Вызов</p>	<p>Характеризовать упражнения из раздела по легкой атлетике, уметь высказывать в устной форме.</p> <p>Характеризовать строевые упражнения как совместные действия учащихся, необходимые для предупреждения травматизма на уроках физической культуры. Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p> <p>Уметь характеризовать технику прыжков «Многоскоки» Демонстрировать технику выполнения разученных прыжковых упражнений в стандартных условиях.</p> <p>Проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

							номеров»	инициативность).
2 (80)					Многоскоки. Прыжок в высоту способом «согнув ноги».	Изучение нового материала	<p>Строевые упражнения. Построения и перестроения. Ходьба, бег. Комплекс ОРУ. Техника прыжков «Многоскоки»</p> <p>Разучивание техники прыжка в высоту способом «согнув ноги»</p>	<p>Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд. Демонстрировать выполнение ходьбы и бега с соблюдением правил и с заданной дозировкой.</p> <p>Выполнять комплекс общеразвивающих упражнений. Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку.</p> <p>Уметь характеризовать технику прыжков «Многоскоки» Демонстрировать технику выполнения разученных прыжковых упражнений в стандартных и соревновательных условиях.</p> <p>Характеризовать и демонстрировать технику прыжка в высоту с прямого разбега. Соблюдать технику безопасности при выполнении прыжков. Выполнять прыжок в высоту с прямого разбега на максимальный результат.</p>
3 (81)					Прыжки в высоту способом «согнув ноги».	Закрепление материала	Построения и перестроения. Ходьба, бег.	Демонстрировать выполнение ходьбы и бега с соблюдением правил и с заданной дозировкой.
4 (82)					Прыжки в высоту способом «согнув ноги».	Совершенствование материала	Комплекс общеразвивающих упражнений.	Выполнять комплекс общеразвивающих упражнений.
5 (83)					Прыжки в высоту	Совершенствование	Беговые упражнения: бег с	

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

					способом «согнув ноги».	материала	высоким подниманием колена, с захлестывание голени, приставными шагами правым – левым боком. Техника прыжка в высоту с прямого разбега. Подвижная игра: «Пустое место»	Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку. Соблюдать технику безопасности при выполнении беговых упражнений. Демонстрировать технику бега изученными способами. Характеризовать и демонстрировать технику прыжка в высоту с прямого разбега. Соблюдать технику безопасности при выполнении прыжков. Выполнять прыжок в высоту с прямого разбега на максимальный результат.
6 (84)					Прыжки в длину с разбега.	Изучение нового материала	Строевые упражнения. Построения и перестроения. Ходьба, бег. Комплекс упражнений с гимнастической палкой. Техника прыжка в длину с разбега.	Демонстрировать технику выполнения строевых команд. Демонстрировать выполнение ходьбы и бега с соблюдением правил и с заданной дозировкой. Выполнять комплекс упражнений с предметами по образцу, с соблюдением дозировки. Характеризовать и демонстрировать технику прыжка в длину с разбега. Выполнять технику прыжка в длину с разбега в стандартных условиях.
7 (85)				Прыжки в длину с разбега. Прыжки через скакалку.	Закрепление материала			
8 (86)					Прыжки в длину с разбега. Прыжки через скакалку.	Совершенствование материала		

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

								Соблюдать технику безопасности при выполнении прыжков через скакалку. Выполнять прыжки в стандартных и игровых условиях.
9 (87)					Развитие силы мышц рук и плечевого пояса.	Изучение нового материала	Построения и перестроения.	Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.
10 (88)					Развитие силы мышц рук и плечевого пояса.	Закрепление материала	<p>Прыжковые упражнения: на месте (на одной и двух, с поворотами вправо и влево); с продвижением вперёд, вперёд и назад (толчком одной и двумя); левым и правым боком (толчком двумя)</p> <p>Развитие силы мышц рук и плечевого пояса: бросок гимнастического набивного мяча на дальность. (вес 1кг).</p> <p>Выполнение подготовительных упражнений в сгибании - разгибании рук в упоре лежа на полу, подтягивание из вися на высокой перекладине (м); подтягивание из вися лежа на низкой перекладине (д) Подвижные игры: «К своим флажкам».</p>	<p>Уметь характеризовать технику прыжков. Демонстрировать технику выполнения разученных прыжковых упражнений в стандартных и игровых условиях.</p> <p>Определять причины возникновения трудностей в выполнении сложных способов передвижения.</p> <p>Выполнять силовой бросок мяча на дальность.</p> <p>Демонстрировать выполнение упражнений в сгибании - разгибании рук в упоре лежа на полу, подтягивание из вися на высокой перекладине (м); подтягивание из вися лежа на низкой перекладине (д) в заданном темпе.</p> <p>Проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

								инициативность).
11 (89)					Прыжки в длину с места.	Изучение нового материала	<p>Строевые упражнения. Построения и перестроения. Ходьба, бег.</p> <p>Комплекс подготовительных упражнений для мышц ног, рук.</p> <p>Выполнение техники прыжка в длину с места.</p>	<p>Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд. Демонстрировать выполнение ходьбы и бега с соблюдением правил и с заданной дозировкой.</p> <p>Выполнение комплекса упражнений с заданным темпом и дозировкой.</p> <p>Демонстрировать технику выполнения прыжка в длину с места в стандартных и соревновательных условиях.</p>
12 (90)					Прыжки в длину с места.	закрепление материала	<p>Строевые упражнения. Построения и перестроения. Ходьба, бег.</p> <p>Комплекс подготовительных упражнений для мышц ног, рук.</p> <p>Выполнение техники прыжка в длину с места. (Учет)</p> <p>Подвижная игра: «Не оступись»</p>	
13 (91)				Прыжки в длину с места.	Совершенствование материала			
14 (92)					Метание мяча в вертикальную цель.	Изучение нового материала	<p>Строевые упражнения. Построения и перестроения. Ходьба, бег.</p>	Демонстрировать технику выполнения строевых команд.
15 (93)					Метание мяча в вертикальную цель.	Закрепление материала	<p>Комплекс общеразвивающих упражнений.</p> <p>Техника метания мяча в вертикальную цель.</p>	<p>Демонстрировать выполнение ходьбы и бега с соблюдением правил и с заданной дозировкой. Демонстрировать выполнение комплекса общеразвивающих упражнений с указанным темпом и</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						Подвижная игра: «Шишки-жёлуди-орехи»,	дозировкой. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений в метании малого мяча. Характеризовать и демонстрировать технику броска малого мяча из-за головы. Регулировать эмоции и управлять ими в процессе игровой деятельности. Взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности.
16 (94)				Метание мяча в вертикальную цель. Челночный бег 3 x 10 м.	Комбинированный	Строевые упражнения. Построения и перестроения. Беговые упражнения: бег с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени. Техника метания мяча в вертикальную цель. Техники челночного бега 3 x 10м.	Демонстрировать выполнение ходьбы и бега с соблюдением правил и с заданной дозировкой. Демонстрировать технику выполнения строевых команд. Совершенствовать технику выполнения ранее разученных беговых упражнений в стандартных и изменяющихся условиях. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений в метании малого мяча. Характеризовать и демонстрировать технику броска малого мяча из-за головы. Выполнять челночный бег 3X10 м с

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

							максимальной скоростью передвижения.
17 (95)					Челночный бег 3 х 10м. Закрепление материала	<p>Строевые упражнения. Построения и перестроения. Ходьба, бег.</p> <p>Беговые упражнения: -бег с высоким подниманием бедра, -с захлестыванием голени, -бег с изменением направления, - бег с остановкой в прыжке.</p> <p>Закрепление техники челночного бега 3 х 10м.</p>	<p>Демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p> <p>Демонстрировать выполнение ходьбы и бега с соблюдением правил и с заданной дозировкой.</p> <p>Совершенствовать технику выполнения ранее разученных беговых упражнений в стандартных и изменяющихся условиях.</p> <p>Выполнять челночный бег 3X10 м с максимальной скоростью передвижения.</p>
18 (96)					Челночный бег 3х10м. Метание мяча на дальность. Комбинированный	<p>Строевые упражнения. Построения и перестроения. Беговые упражнения: -бег с высоким подниманием бедра, -с захлестыванием голени, -бег с изменением направления, - бег с остановкой в прыжке.</p> <p>Закрепление техники челночного бега 3 х 10м.(УЧЕТ).</p> <p>Техника метания мяча на дальность.</p>	<p>Демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p> <p>Демонстрировать выполнение ходьбы и бега с соблюдением правил и с заданной дозировкой.</p> <p>Совершенствовать технику выполнения ранее разученных беговых упражнений в стандартных и изменяющихся условиях.</p> <p>Выполнять челночный бег 3X10 м с максимальной скоростью передвижения. Демонстрировать контрольное упражнение с максимальным результатом. Соблюдать правила техники</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

							безопасности при выполнении упражнений в метании малого мяча. Характеризовать и демонстрировать технику броска малого мяча из-за головы на дальность.
19 (97)				Метание мяча на дальность.	Закрепление материала	<p>Строевые упражнения. Построения и перестроения. Ходьба, бег.</p> <p>Комплекс упражнений в движении без предметов.</p> <p>Техника метания мяча на дальность</p> <p>Подвижная игра: «Кто дальше?»</p>	<p>Демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p> <p>Демонстрировать выполнение ходьбы и бега с соблюдением правил и с заданной дозировкой.</p> <p>Демонстрировать выполнение комплекса упражнений в движении с соблюдением дозировки, по образцу.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений в метании малого мяча. Характеризовать и демонстрировать технику броска малого мяча из-за головы на дальность. Выполнять с максимальным результатом.</p> <p>Регулировать эмоции и управлять ими в процессе игровой деятельности. Взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности.</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

20 (98)				Метание мяча на дальность. Развитие выносливости организма.	Комбинированный	<p>Строевые упражнения. Построения и перестроения. Ходьба, бег до 2 мин.</p> <p>Беговые упражнения: -бег с высоким подниманием бедра, - с захлестыванием голени, - с поворотами правым, левым боком, -смешанный бег в чередовании с ходьбой - бег с ускорением.</p> <p>Техника метания мяча на дальность</p> <p>Подвижная игра: «Кто дальше?»</p>	<p>Характеризовать строевые упражнения как совместные действия учащихся, необходимые для предупреждения травматизма на уроках физической культуры. Демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p> <p>Демонстрировать выполнение беговых упражнений с соблюдением техники безопасности, с максимальной амплитудой, с заданной дозировкой. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений в метании малого мяча. Характеризовать и демонстрировать технику броска малого мяча из-за головы на дальность. Выполнять с максимальным результатом.</p> <p>Регулировать эмоции и управлять ими в процессе игровой деятельности. Взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности.</p>
21(99)				Развитие выносливости организма. Подвижные игры.	Комбинированный	<p>Строевые упражнения. Построения и перестроения. Ходьба, бег до 2 мин.</p> <p>Беговые упражнения: -бег с высоким подниманием бедра, - с захлестыванием голени,</p>	<p>Демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p> <p>Демонстрировать выполнение ходьбы и бега с соблюдением правил и с заданной дозировкой.</p> <p>Демонстрировать выполнение</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<p>- с поворотами правым, левым боком, -смешанный бег в чередовании с ходьбой - бег с ускорением. Подвижные игры.</p>	<p>беговых упражнений с соблюдением техники безопасности, с максимальной амплитудой, с заданной дозировкой.</p>
22 (100)				Бег на дистанцию 30м. линейная эстафета.	Изучение нового материала	<p>Строевые упражнения. Построения и перестроения. Ходьба, бег до 3 мин. Беговые упражнения: -бег с высоким подниманием бедра, - с захлестыванием голени, - с поворотами правым, левым боком,</p>	<p>Характеризовать строевые упражнения как совместные действия учащихся, необходимые для предупреждения травматизма на уроках физической культуры. Демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p>
23 (101)				Бег на дистанцию 30м. линейная эстафета.	Закрепление материала	<p>Развитие быстроты, скоростно – силовых способностей: Бег на дистанцию 30м. Линейная эстафета.</p>	<p>Демонстрировать выполнение беговых упражнений с соблюдением техники безопасности, с максимальной амплитудой, с заданной дозировкой.</p> <p>Характеризовать и демонстрировать особенности выполнения упражнений на развитие быстроты. Выполнение техники бега на дистанцию 30м., с максимальным результатом. Демонстрировать выполнение эстафеты с дистанцией 30м., соблюдать технику безопасности при передачи эстафеты.</p>
24 (102)				Подвижные игры. Итоги учебного года.	Комбинированный	<p>Построения и перестроения. Ходьба, бег.</p>	<p>Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<p>Комплекс общеразвивающих упражнений без предметов.</p> <p>Подвижные игры: «Пятнашки», «Шишки, Желуди, Орехи»</p> <p>Подведение итогов IV четверти и учебного года.</p>	<p>Демонстрировать выполнение ходьбы и бега с соблюдением правил и с заданной дозировкой.</p> <p>Выполнять упражнения. Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку.</p> <p>Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры. Моделировать игровые ситуации.</p> <p>Анализирование собственной деятельности</p>
--	--	--	--	--	--	---	---