**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Тема урока | Кол-вочасов | Типурока | Характеристика деятельности учащихся иливиды учебной деятельности | Видыконтроля,измерители | Планируемые результаты освоенияматериала | Дата 3"в" кл | Дата 3"г" кл |
| План. | Факт. | План | Факт. |
|  **Легкая атлетика(12 часов)** |  |  |
| 1 | Ходьба и бег | 1 | Вводный | Ходьба с изменением длины и частоты шага. Ходьба через препятствия. Бег в коридоре с максимальной скоростью. Игра «Пустое место». Развитие скоростных способностей. Инструктаж по ТБ | Текущий | **Уметь** правильно выполнять движения в ходьбе и беге; пробегать с максимальной скоростью 60 м | 5.09.2012 |  | 5.09.2012 |  |
|  2 | Ходьба и бег | 1 | обучение | Ходьба через несколько препятствий. Бег с максимальной скоростью 60 м. Игра «Белые медведи». Развитие скоростных способностей. | Текущий | **Уметь** правильно выполнять движения в ходьбе и беге; пробегать с максимальной скоростью 60 м | 6.09.2012 |  | 6.09.2012 |  |
|  3 | Ходьба и бег | 1 | обучение | Ходьба через несколько препятствий. Бег с максимальной скоростью 60 м. Игра «Белые медведи». Развитие скоростных способностей. Олимпийские игры: история возникновения | Текущий | **Уметь** правильно выполнять движения в ходьбе и беге; пробегать с максимальной скоростью 60 м | 8.09.2012 |  | 7.09.2012 |  |
|  4 | Ходьба и бегХодьба и бег | 1 | Комплексный | Ходьба через несколько препятствий. Бег с максимальной скоростью 60 м. Развитие скоростных способностей.  | Текущий | **Уметь** правильно выполнять движения в ходьбе и беге. | 12.09.2012 |  | 12.09.2012 |  |
| 5 | Ходьба и бег | 1 | Учетный | Бег на результат 30, 60 м. Развитие скоростных способностей. Игра «Смена сторон». Понятия: *эстафета, старт, финиш* | зачет | **Уметь** правильно выполнять движения в ходьбе и беге. | 13.09.2012 |  | 13.092012 |  |
|  6 | Прыжки в длину с разбега | 1 | обучение | Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Прыжок с высоты 60 см. Игра «Гуси-лебеди». Развитие скоростно-силовых качеств. | Текущий | **Уметь** правильно выполнять движения в прыжках. | 15.09.2012 |  | 14.092012 |  |
|  7 | Прыжки | 1 | обучение | Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Прыжок с высоты 60 см. Игра «Гуси-лебеди». Развитие скоростно-силовых качеств. | Текущий | **Уметь** правильно выполнять движения в прыжках; прыгать в длину с места и с разбега | 19.09.2012 |  | 19.09.2012 |  |
|  8 | Прыжки | 1 | Комплексный | Прыжок в длину с разбега с зоны отталкивания. Многоскоки. Игра «Прыгающие воробушки». Развитие скоростно-силовых качеств.  | Зачет | **Уметь** правильно выполнять движения в прыжках; прыгать в длину с места и с разбега | 20.09.2012 |  | 20.09.2012 |  |
|  9 | Метание | 1 | обучение | 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 качеств. | Текущий | **Уметь** правильно выполнять движения в метании различными способами; метать мяч в цель | 22.09.2012 |  | 21.09.2012 |  |
|  10 | Метание | 1 | обучение | 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 качеств. | Текущий | **Уметь** правильно выполнять движения в метании различными способами; метать мяч в цель | 26.09.2012 |  | 26.09.2012 |  |
|  11 | Метание | 1 | Комплексный | Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание набивного мяча. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств. | Зачет | **Уметь** правильно выполнять движения в метании различными способами; метать мяч в цель | 27.09.2012 |  | 27.09.2012 |  |
|  12 | Бег по пересеченной местности | 1 | Комплексный | Бег 4 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (70 м бег, 100 м ходьба). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости. Измерение роста, веса, силы | Текущий | **Уметь** пробегать в равномерном темпе, чередовать бег и ходьбу | 29.09.2012 |  | 28.092012 |  |
| **Подвижные игры (15 часов)** |  |  |
| 13 | Подвижные игры | 1 | обучение | ОРУ в движении. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Текущий | **Уметь** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями | 3.10.2012 |  | 3.10.2012 |  |
| 14 | Подвижные игры | 1 | обучение | ОРУ в движении. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Текущий | **Уметь** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями | 4.10.2012 |  | 4.10.2012 |  |
| 15 | Подвижные игры | 1 | обучение | ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Текущий | **Уметь** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями | 6.10.2012 |  | 5.102012 |  |
| 16 | Подвижные игры | 1 | Совершенствование ЗУН | ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Текущий | **Уметь** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями | 10.10.2012 |  | 10.10.2012 |  |
| 17 | Подвижные игры | 1 | Совершенствование ЗУН | ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Текущий | **Уметь** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями | 11.10.2012 |  | 11.10.2012 |  |
| 18 | Подвижные игры | 1 | обучение | ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Текущий | **Уметь** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями | 13.10.2012 |  | 12.10.2012 |  |
| 19 | Подвижные игры | 1 | обучение | ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Текущий | **Уметь** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями | 17.10.2012 |  | 17.10.2012 |  |
| 20 | Подвижные игры | 1 | обучение | ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Текущий | **Уметь** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями | 18.10.2012 |  | 18.10.2012 |  |
| 21 | Подвижные игры | 1 | Совершенствование ЗУН | ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Текущий | **Уметь** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями | 20.10.2012 |  | 19.102012 |  |
| 22 | Подвижные игры | 1 | Комплексный | ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Текущий | **Уметь** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями | 24.10.2012 |  | 24.10.2012 |  |
| 23 | Подвижные игры | 1 | обучение | ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Текущий | **Уметь** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями | 25.10.2012 |  | 25.10.2012 |  |
| 24 | Подвижные игры | 1 | обучение | ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Текущий | **Уметь** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями | 27.10.2012 |  | 26.102012 |  |
| 25 | Подвижные игры | 1 | обучение | ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Текущий | **Уметь** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями | 31.10.2012 |  | 31.10.2012 |  |
| 26 | Подвижные игры | 1 | Совершенствование ЗУН | ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Текущий | **Уметь** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями | 1.11.2012 |  | 1.11.2012 |  |
| 27 | Подвижные игры | 1 | Совершенствование ЗУН | ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Текущий | **Уметь** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями | 3.11.2012 |  | 2.112012 |  |
| **Гимнастика (18 часов** |  |
| 28 | Акробатика.Строевые упражнения | 1 | обучение | Инструктаж по ТБ. Выполнять команды: «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед.  | Текущий |  **Уметь** выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации | 14.11.2012 |  | 14.11.2012 |  |
| 29 | Акробатика.Строевые упражнения | 1 | обучение | Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед. ОРУ. Игра «Что изменилось?». Развитие координационных способностей | Текущий | **Уметь** выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации | 15.11.2012 |  | 15.11.2012 |  |
| 30 | Акробатика.Строевые упражнения | 1 | обучение |  Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед. Игра «Что изменилось?». Развитие координационных способностей | Текущий | **Уметь** выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации | 17.11.2012 |  | 16.112012 |  |
| 31 | Акробатика.Строевые упражнения | 1 | обучение | Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа на спине. Игра «Что изменилось?». | Текущий | **Уметь** выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации | 21.11.2012 |  | 21.11.2012 |  |
| 32 | Акробатика.Строевые упражнения | 1 | Совершенствование ЗУН | Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа на спине. Игра «Совушка». | Текущий | **Уметь** выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации | 22.11.2012 |  | 22.11.2012 |  |
| 33 | Акробатика.Строевые упражнения | 1 | Учетный | Выполнять команды: «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа на спине. Развитие координационных способностей | Оценка техники выполнения комбинации | **Уметь** выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации | 24.11.2012 |  | 23.112012 |  |
| 34 | Висы.Строевые упражнения | 1 | обучение | Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. ОРУ с предметами. Развитие силовых способностей | Текущий | **Уметь** выполнять строевые команды, висы, подтягивание в висе | 28.11.2012 |  | 28.11.2012 |  |
| 35 | Висы.Строевые упражнения | 1 | обучение |  Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. ОРУ с предметами. Игра «Маскировка в колоннах». Развитие силовых способностей | Текущий | **Уметь** выполнять строевые команды, висы, подтягивание в висе | 29.11.2012 |  | 29.112012 |  |
| 36 | Висы.Строевые упражнения | 1 | обучение | Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке. | Текущий | **Уметь** выполнять строевые команды, висы, подтягивание в висе | 1.12.2012 |  | 30.112012 |  |
| 37 | Висы.Строевые упражнения | 1 | обучение | Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке.  | Текущий | **Уметь** выполнять строевые команды, висы, подтягивание в висе | 5.12.2012 |  | 5.12.2012 |  |
| 38 | Висы.Строевые упражнения | 1 | Совершенствование ЗУН |  Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке. ОРУ с предметами.  | Текущий | **Уметь** выполнять строевые команды, висы, подтягивание в висе | 6.12.2012 |  | 6.12.2012 |  |
| 39 | Висы.Строевые упражнения | 1 | Учетный |  Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей | Текущий | **Уметь** выполнять строевые команды, висы, подтягивание в висе | 8.12.2012 |  | 7.122012 |  |
| 40 | Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии | 1 | обучение |  Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях. Игра «Посадка картофеля». Развитие координационных способностей | Текущий | **Уметь** лазать по гимнастической стенке, выполнять опорный прыжок | 12.12.2012 |  | 12.12.2012 |  |
| 41 | Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии | 1 | обучение | Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях. | Текущий | **Уметь** лазать по гимнастической стенке, выполнять опорный прыжок | 13.12.2012 |  | 13.12.2012 |  |
| 42 | Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии | 1 | обучение | Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях. Игра «Посадка картофеля». | Текущий | **Уметь** лазать по гимнастической стенке, выполнять опорный прыжок | 15.12.2012 |  | 14.122012 |  |
| 43 | Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии | 1 | Совершенствование ЗУН | Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками. | Текущий | **Уметь** лазать по гимнастической стенке, выполнять опорный прыжок | 19.12.2012 |  | 19.12.2012 |  |
| 44 | Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии | 1 | Комбинированный | Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками. Развитие координационных способностей | Текущий | **Уметь** лазать по гимнастической стенке, выполнять опорный прыжок | 20.12.2012 |  | 20.12.2012 |  |
| 45 | Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии | 1 | Комплексный | Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками. Игра «Посадка картофеля». Развитие координационных способностей | Текущий | **Уметь** лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок | 22.12.2012 |  | 21.122012 |  |
| **Подвижные игры с элементами спортивных игр (2 часа)** |  |
| 46 | Подвижные игры с элементами баскетбола | 1 | обучение | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей | Текущий | **Уметь** владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | 26.12.2012 |  | 26.12.2012 |  |
| 47 | Подвижные игры с элементами баскетбола | 1 | обучение | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей | Текущий | **Уметь** владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | 27.12.2012 |  | 27.12.2012 |  |
| **Лыжная подготовка (21 час)** |  |  |
| 48 | Освоение техники лыжных ходов. | 1 | обучение | Инструктаж по ТБ. Построение на лыжах. Скользящий шаг. Спуск в средней стойке, подъем «лесенкой». Игры на лыжах. | Текущий | **Уметь** правильно передвигаться на лыжах. | 12.01.2013 |  | 12.01.2013 |  |
| 49 | Освоение техники лыжных ходов. | 1 | обучение | Построение на лыжах. Скользящий шаг. Спуск в средней стойке, подъем «лесенкой». Игры на лыжах. | Текущий | **Уметь** правильно передвигаться на лыжах. | 16.01.2013 |  | 16.01.2013 |  |
| 50 | Освоение техники лыжных ходов. | 1 | обучение | Построение на лыжах. Скользящий шаг. Спуск в средней стойке, подъем «лесенкой». Игры на лыжах. | Текущий | **Уметь** правильно передвигаться на лыжах. | 17.01.2013 |  | 17.01.2013 |  |
| 51 | Освоение техники лыжных ходов. | 1 | обучение |  Построение на лыжах. Скользящий шаг. Спуск в средней стойке, подъем «лесенкой». Игры на лыжах. | Текущий | **Уметь** правильно передвигаться на лыжах. | 19.01.2013 |  | 18.012013 |  |
| 52 | Освоение техники лыжных ходов. | 1 | обучение | Скользящий шаг, подъем «лесенкой», поворот переступанием. Игры на лыжах. | Текущий | **Уметь** правильно передвигаться на лыжах. | 23.01.2013 |  | 23.01.2013 |  |
| 53 | Освоение техники лыжных ходов. | 1 | Совершенствование ЗУН | Скользящий шаг, подъем «лесенкой», поворот переступанием. Попеременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции 1 км.  | Текущий | **Уметь** правильно передвигаться на лыжах. | 24.01.2013 |  | 24.01.2013 |  |
| 54 | Освоение техники лыжных ходов. | 1 | Совершенствование ЗУН | Скользящий шаг, подъем «лесенкой», поворот переступанием. Попеременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции 1 км.  | Текущий | **Уметь** правильно передвигаться на лыжах. | 26.01.2013 |  | 25.012013 |  |
| 55 | Освоение техники лыжных ходов. | 1 | обучение |  Подъем «лесенкой», поворот переступанием. Попеременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции 1 км.  | Текущий | **Уметь** правильно передвигаться на лыжах. | 30.01.2013 |  | 30.01.2013 |  |
| 56 | Освоение техники лыжных ходов. | 1 | обучение |  Подъем «лесенкой», поворот переступанием. Попеременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции 1 км. | Текущий | **Уметь** правильно передвигаться на лыжах. | 31.01.2013 |  | 31.01.2013 |  |
| 57 | Освоение техники лыжных ходов. | 1 | Совершенствование ЗУН |  Подъем «лесенкой», поворот переступанием. Попеременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции 1 км. | Текущий | **Уметь** правильно передвигаться на лыжах. | 2.02.2013 |  | 1.022013 |  |
| 58 | Освоение техники лыжных ходов. | 1 | Совершенствование ЗУН |  Подъем «лесенкой», поворот переступанием. Попеременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции 1 км.  | Текущий | **Уметь** правильно передвигаться на лыжах. | 6.02.2013 |  | 6.02.2013 |  |
| 59 | Освоение техники лыжных ходов. | 1 | обучение | Скользящий шаг, подъем «лесенкой», поворот переступанием. Попеременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции 1 км. | Текущий | **Уметь** правильно передвигаться на лыжах. | 7.02.2013 |  | 7.02.2013 |  |
| 60 | Освоение техники лыжных ходов. | 1 | обучение | Скользящий шаг, подъем «лесенкой», поворот переступанием. Игры на лыжах | Текущий | **Уметь** правильно передвигаться на лыжах. | 9.02.2013 |  | 8.022013 |  |
| 61 | Освоение техники лыжных ходов. | 1 | Совершенствование ЗУН | Скользящий шаг, подъем «лесенкой», поворот переступанием. Попеременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции 1 км.  | Текущий | **Уметь** правильно передвигаться на лыжах. | 13.02.2013 |  | 13.02.2013 |  |
| 62 | Освоение техники лыжных ходов. | 1 | Совершенствование ЗУН |  Подъем «лесенкой», поворот переступанием. Попеременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции 1 км. Игры на лыжах  | Текущий | **Уметь** правильно передвигаться на лыжах. | 14.02.2013 |  | 14.022013 |  |
| 63 | Освоение техники лыжных ходов. | 1 | Совершенствование ЗУН | Попеременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции 1 км. | учетный | **Уметь** правильно передвигаться на лыжах. | 16.02.2013 |  | 15.022013 |  |
| 64 | Освоение техники лыжных ходов. | 1 | обучение | Скользящий шаг, подъем «лесенкой», поворот переступанием. Попеременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход.  | Текущий | **Уметь** правильно передвигаться на лыжах. | 20.02.2013 |  | 20.02.2013 |  |
| 65 | Освоение техники лыжных ходов. | 1 | обучение | Скользящий шаг, подъем «лесенкой», поворот переступанием. Попеременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход. Игры на лыжах | Текущий | **Уметь** правильно передвигаться на лыжах. | 21.02.2013 |  | 21.02.2013 |  |
| 66 | Освоение техники лыжных ходов. | 1 | Совершенствование ЗУН | Скользящий шаг, подъем «лесенкой», поворот переступанием. Попеременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход. Игры на лыжах | Текущий | **Уметь** правильно передвигаться на лыжах. | 23.02.2013 |  | 22.022013 |  |
| 67 | Освоение техники лыжных ходов. | 1 | Совершенствование ЗУН | Попеременный двухшажный ход, одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции 1 км. | учетный | **Уметь** правильно передвигаться на лыжах. | 27.02.2013 |  | 27.02.2013 |  |
| 68 | Освоение техники лыжных ходов. |  | Совершенствование ЗУН | Инструктаж по ТБ. Скользящий шаг, подъем «лесенкой», поворот переступанием. Попеременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход. Игры на лыжах  | Текущий | **Уметь** правильно передвигаться на лыжах. | 28.02.2013 |  | 28.022013 |  |
| **Гимнастика (4 часа)** |  |  |
| 69 | Освоение танцевальных упражнений и развитие координации | 1 | обучение | Стойка на двух и одной ноге с закрытыми глазами, повороты кругом стоя и при ходьбе на носках и на рейке гимнастической скамейки. Шаги галопа в парах, польки. Сочетание танцевальных шагов. Игры | Текущий | **Уметь** правильно выполнять танцевальные шаги. | 1.03.2013 |  | 1.032013 |  |
| 70 | Освоение танцевальных упр. и развитие координации | 1 | обучение | Стойка на двух и одной ноге с закрытыми глазами, повороты кругом стоя и при ходьбе на носках и на рейке гимнастической скамейки. Шаги галопа в парах, польки.  | Текущий | **Уметь** правильно выполнять танцевальные шаги. | 6.03.2013 |  | 6.03.2013 |  |
| 71 | Освоение танцевальных упражнений и развитие координации | 1 | Комплексный | Стойка на двух и одной ноге с закрытыми глазами, повороты кругом стоя и при ходьбе на носках и на рейке гимнастической скамейки. Шаги галопа в парах, польки. Сочетание танцевальных шагов. Игры | Текущий | **Уметь** правильно выполнять танцевальные шаги. | 7.03.2013 |  | 7.03.2013 |  |
| 72 | Освоение танцевальных упражнений и развитие координации | 1 | Комплексный | Стойка на двух и одной ноге с закрытыми глазами, повороты кругом стоя и при ходьбе на носках и на рейке гимнастической скамейки. Шаги галопа в парах, польки. Сочетание танцевальных шагов. Игры | Текущий | **Уметь** правильно выполнять танцевальные шаги. | 9.03.2013 |  | 8.032013 |  |
| **Подвижные игры с элементами спортивных игр (15 часов)** |  |  |
| 73 | Подвижные игры с элементами баскетбола | 1 | обучение | Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей | Текущий | **Уметь** владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | 13.03.2013 |  | 13.032013 |  |
| 74 | Подвижные игры с элементами баскетбола | 1 | обучение | Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей | Текущий | **Уметь** владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | 14.03.2013 |  | 14.032013 |  |
| 75 | Подвижные игры с элементами баскетбола | 1 | Совершенствование ЗУН | Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу».  | Текущий | **Уметь** владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных  | 16.03.2013 |  | 15.032013 |  |
| 76 | Подвижные игры с элементами футбола | 1 | обучение | Инструктаж по ТБ. Стойки и перемещение игрока. Остановки и повороты. Ведение мяча по прямой с остановками, удары по воротам. Игра «Точная передача». | Текущий | **Уметь** владеть мячом: передачи на расстояние, играть в мини-футбол. | 20.03.2013 |  | 20.03.2013 |  |
| 77 | Подвижные игры с элементами футбола | 1 | обучение |  Стойки и перемещение игрока. Остановки и повороты. Ведение мяча по прямой с остановками. Игра «Точная передача». | Текущий | **Уметь** владеть мячом: передачи на расстояние, играть в мини-футбол. | 21.03.2013 |  | 21.03.2013 |  |
| 78 | Подвижные игры с элементами футбола | 1 | Комбинированный | Стойки и перемещение игрока. Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу, игра в «мини-футбол» | Текущий | **Уметь** владеть мячом: передачи на расстояние, играть в мини-футбол | 3.04.2013 |  | 3.042013 |  |
| 79 | Подвижные игры с элементами футбола | 1 | обучение | Инструктаж по ТБ. Стойки и перемещение игрока. Остановки и повороты. Ведение мяча по прямой с остановками. Игра «Точная передача». | Текущий | **Уметь** владеть мячом: передачи на расстояние, играть в мини-футбол. | 4.04.2013 |  | 4.04.2013 |  |
| 80 | Подвижные игры с элементами футбола | 1 | обучение | Стойки и перемещение игрока. Остановки и повороты. Ведение мяча по прямой с остановками. Игра «Точная передача» | Текущий | **Уметь** владеть мячом: передачи на расстояние, играть в мини-футбол. | 6.04.2013 |  | 5.042013 |  |
| 81 | Подвижные игры с элементами футбола | 1 | Комбинированный | Стойки и перемещение игрока. Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу, игра в «мини-футбол» | Текущий | **Уметь** владеть мячом: передачи на расстояние, играть в мини-футбол | 10.04.2013 |  | 10.04.2013 |  |
| 82 | Подвижные игры с элементами футбола | 1 | Совершенствование ЗУН | Стойки и перемещение игрока. Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу, игра в «мини-футбол» | Текущий | Уметь владеть мячом: передачи на расстояние, играть в мини-футбол | 11.04.2013 |  | 11.04.2013 |  |
| 83 | Подвижные игры с элементами лапты | 1 | обучение | Стойки и перемещение игрока. Передача и подбор мяча. Бег с изменением скорости и направления движения. Игра «Пустое место». | Текущий | **Уметь** владеть мячом: передачи на расстояние, броски в процессе подвижных игр. | 13.04.2013 |  | 12.042013 |  |
| 84 | Подвижные игры с элементами лапты | 1 | обучение | Стойки и перемещение игрока. Передача и подбор мяча. Бег с изменением скорости и направления движения. Игра «Пустое место». | Текущий | **Уметь** владеть мячом: передачи на расстояние, броски в процессе подвижных игр. | 17.04.2013 |  | 17.04.2013 |  |
| 85 | Подвижные игры с элементами лапты | 1 | Комбинированный | Стойки и перемещение игрока. Передача и подбор мяча. Бег с изменением скорости и направления движения. Игра «4 стойки». | Текущий | **Уметь** владеть мячом: передачи на расстояние, броски в процессе подвижных игр. | 18.04.2013 |  | 18.04.2013 |  |
| 86 | Подвижные игры с элементами лапты | 1 | Комбинированный | Стойки и перемещение игрока. Передача и подбор мяча. Бег с изменением скорости иИгра «4 стойки». | Текущий | **Уметь** владеть мячом: передачи на расстояние, броски в процессе подвижных игр. | 20.04.2013 |  | 19.042013 |  |
| 87 | Подвижные игры с элементами лапты | 1 | Комбинированный | Стойки и перемещение игрока. Передача и подбор мяча. Бег с изменением скорости иИгра «4 стойки». | Текущий | **Уметь** владеть мячом: передачи на расстояние, броски в процессе подвижных игр. | 24.04.2013 |  | 24.04.2013 |  |
| **Легкая атлетика (13 часов)** |  |  |
| 88 | Ходьба и бег | 1 | обучение | Ходьба через несколько препятствий. Круговая эстафета. Бег с максимальной скоростью 60 м. Игра «Белые медведи». Развитие скоростных способностей | Текущий | **Уметь** правильно выполнять движения в ходьбе и беге, пробегать с максимальной скоростью 60 м | 25.04.2013 |  | 25.04.2013 |  |
| 89 | Ходьба и бег | 1 | обучение | Ходьба через несколько препятствий. Встречная эстафета. Бег с максимальной скоростью 60 м. Игра «Белые медведи», «Эстафета зверей». Развитие скоростных способностей | Текущий | **Уметь** правильно выполнять движения в ходьбе и беге, пробегать с максимальной скоростью 60 м | 27.04.2013 |  | 26.042013 |  |
| 90 | Ходьба и бег | 1 | Комплексный | Ходьба через несколько препятствий. Встречная эстафета. Бег с максимальной скоростью 60 м. Игра «Белые медведи», «Эстафета зверей». Развитие скоростных способностей | Текущий | **Уметь** правильно выполнять движения в ходьбе и беге, пробегать с максимальной скоростью 60 м | 1.05.2013 |  | 1.05.2013 |  |
| 91 | Ходьба и бег | 1 | Учетный | Бег на результат 30, 60 м. Развитие скоростных способностей. Игра «Смена сторон» | Текущий | **Уметь** правильно выполнять движения в ходьбе и беге. | 2.05.2013 |  | 2.05.2013 |  |
| 92 | Прыжки | 1 | обучение | Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Многоскоки. Игра «Гуси-лебеди». Развитие скоростно-силовых качеств | Текущий | Уметь правильно выполнять движения в прыжках, прыгать в длину с места и с разбега | 4.05.2013 |  | 3.052013 |  |
| 93 | Прыжки | 1 | обучение | Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Многоскоки. Игра «Гуси-лебеди». Развитие скоростно-силовых качеств | Текущий | **Уметь** правильно выполнять движения в прыжках, прыгать в длину с места и с разбега | 9.05.2013 |  | 9.05.2013 |  |
| 94 | Прыжки | 1 | Комплексный | Прыжок в высоту с прямого разбега с зоны отталкивания. Многоскоки. Игра «Прыгающие воробушки».  | Текущий | **Уметь** правильно выполнять движения в прыжках. | 11.05.2013 |  | 11.05.2013 |  |
| 95 | Метание | 1 | обучение | 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 качеств | Текущий | **Уметь** правильно выполнять движения в метании различными способами, метать на дальность и на заданное расстояние | 15.05.2013 |  | 15.05.2013 |  |
| 96 | Метание | 1 | обучение | Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание набивного мяча. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств | Текущий | **Уметь** правильно выполнять движения в метании различными способами, метать на дальность. | 16.05.2013 |  | 16.05.2013 |  |
| 97 | Метание | 1 | Комплексный | Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание набивного мяча, вперед вверх на дальность и на заданное расстояние. Развитие скоростно-силовых качеств | Текущий | **Уметь** правильно выполнять движения в метании различными способами, метать на дальность и на заданное расстояние | 28.05.2013 |  | 17.052013 |  |
| 98 | Бег по пересеченной местности | 1 | обучение | Бег 4 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (70 м бег, 100 м ходьба). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости. | Текущий | **Уметь** пробегать в равномерном темпе, чередовать бег и ходьбу | 22.05.2013 |  | 22.05.2013 |  |
| 99 | Бег по пересеченной местности | 1 | обучение | Бег 4 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (70 м бег, 100 м ходьба). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости | Текущий | **Уметь** пробегать в равномерном темпе, чередовать бег и ходьбу | 23.05.2013 |  | 23.05.2013 |  |
| 100 | Бег по пересеченной местности | 1 | Комплексный | Бег 4 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (80 м бег, 90 м ходьба). Игра «Волк во рву». Развитие выносливости | Текущий | **Уметь** пробегать в равномерном темпе, чередовать бег и ходьбу | 25.05.2013 |  | 24.052013 |  |
| **Плавание (2 часа)** |  |  |
| 101 | Техника безопасности при купании. | 1 | Обучающий  | Просмотр фильма по ТБ на воде. | Текущий | **Знать** правила безопасности у воды и в воде. | 29.05.2013 |  | 29.05.2013 |  |
| 102 | Оказание первой помощи утопающему | 1 | Обучающий | Беседа по ТБ на воде, слушание школьной медицинской сестры по теме урока, практические рекомендации. | Текущий | **Знать** правила безопасности у воды и в воде.**Уметь** оказать первую помощь утопающему | 30.05.2013 |  | 30.05.2013 |  |

**МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

**1. Дополнительная литература:**

1.Кофман. Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры. – М., Физкультура и спорт, 1998.

2. Школьникова Н.В., Тарасова М.В. Я иду на урок. Книга для учителя физической культуры 1- 6 классы. Издательство «Первое сентября» 2002 г.

3. Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре 1-4 класс, Москва «Вако» 2006

**2. Интернет ресурсы:**

1.Социальная сеть работников образования nsportal.ru

2.http://pedgazeta.ru/ Сайт, где можно публиковать свои работы.

3. http://anstars.ru/load/28 учительский портал

4. единая коллекция цифровых образовательных ресурсов ( http://school-collection.edu.ru/)

5. Большая энциклопедия Кирилла и Мефодия»

**3. Информационно - коммуникативные средства**

**4. Наглядные пособия**

1. Мячи: баскетбольные, волейбольные, футбольные

2. Скакалка детская

3. Кегли

4. Обруч пластиковый детский

5. Флажки: разметочные с опорой, стартовые

6. Рулетка измерительная

7. Лыжи детские( с креплениями и палками)

8.Бревно гимнастическое

9. Аптечка

**5. Технические средства обучения**

1.Магнитола

2. Проектор

3. Мультимедийная доска SMART