КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Класс: 3- а класс

Предмет: физическая культура

Количество часов в год: 102

Количество часов в неделю: 3

Учебник: 3 кл.: Физическая культура: Матвеев А. П., М.: Просвещение, 2013 год

Учитель: Свечникова С.Б.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № урока(Кол. час.) | Дата проведения | Тема урока | Характеристика учебной деятельности |
| по плану | по факту |
| 1.(1) | 01.09 | 01.09 | Организационно – методические требования на уроках физической культуры. | Иметь первоначальные представления об организационно – методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения, адекватно оценивать своё поведение и поведение окружающих. |
| 2.(1) | 03.09 | 03.09 | Тестирование бега на 30 метров. | Владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счёт отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств. |
| 3.(1) | 04.09 | 04.09 | Техника челночного бега. | Иметь представления о технике челночного бега, организовывать здоровьесберегаю-щую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижных игр. |
| 4.(1) | 08.09 | 08.09 | Тестирование челночного бега. | Владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счёт отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств; оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. |
| 5.(1) | 10.09 | 10.09 | Способы метания мяча на дальность. | Иметь первоначальное представление о технике метания мяча на дальность различными способами; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения. |
| 6.(1) | 11.09 | 11.09 | Тестирование метания мяча на дальность. |
| 7.(1) | 15.09 | 15.09 | Пас и его значение для спортивных игр с мячом. | Иметь первоначальное представление о том, что такое пас, о его значении в спортивных играх с мячом; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижных игр. |
| 8-9.(2) | 17.0918.09 | 17.0918.09 | Спортивная игра «Футбол». |
| 10-11.(2) | 22.0924.09 | 22.0924.09 | Прыжок в длину с разбега. | Иметь углубленные представления о технике выполнения прыжка в длину с разбега; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения. |
| 12.(1) | 25.09 | 25.09 | Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега. |
| 13.(1) | 29.09 | 29.09 | Тестирование метания малого мяча на точность. | Иметь представления о методике проведения тестирования малого мяча на точность. Владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счёт отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств. |
| 14.(1) | 01.10 | 01.10 | Тестирование наклона вперёд из положения стоя. | Иметь представления о методике проведение тестирования наклона вперёд из положения стоя; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения. |
| 15.(1) | 02.10 | 02.10 | Тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30 секунд. | Владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счёт отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения. |
| 16.(1) | 06.10 | 06.10 | Тестирование прыжка в длину с места. |
| 17.(1) | 08.10 | 08.10 | Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа согнувшись. |
| 18.(1) | 09.10 | 09.10 | Тестирование виса на время. |
| 19.(1) | 13.10 | 13.10 | Подвижная игра «Перестрелка». | Иметь первоначальные представления о подвижной игре «Перестрелка»; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижных игр. |
| 20-22.(3) | 15.1016.1020.10 | 15.1016.1020.10 | Футбольные упражнения. | Иметь первоначальные представления о футбольных упражнениях; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения. |
| 23.(1) | 22.10 | 22.10 | Подвижная игра «Осада города». | Иметь углубленные представления о том, какие варианты бросков и ловли мяча существуют; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижных игр. |
| 24.(1) | 23.10 | 23.10 | Броски и ловля мяча в парах. | Иметь первоначальные представления об упражнениях с двумя мячами в парах; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения. |
| 25.(1) | 05.11 |  | Закаливание. | Иметь первоначальное представление о закаливании, углубленные представления о возможных вариантах упражнений с мячом. |
| 26.(1) | 06.11 |  | Ведение мяча. | Иметь углубленные представления о закаливании и ведении мяча; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения. |
| 27.(1) | 10.11 |  | Подвижные игры. | Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижных игр. |
| 28-30.(3) | 12.1113.1117.11 |  | Кувырок вперёд. | Иметь углубленные представления о группировке, перекатах и кувырках вперёд; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения. |
| 31-32.(2) | 19.1120.11 |  | Кувырок назад. | Иметь первоначальные представления о кувырке назад; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижных игр. |
| 33.(1) | 24.11 |  | Круговая тренировка. | Иметь представления о том, как проходит круговая тренировка; договариваться о распределении функций и ролей и осуществлять взаимный контроль в ходе совместной деятельности. |
| 34.(1) | 26.11 |  | Стойка на голове. | Иметь углубленные представления о технике выполнения стойки на голове; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижных игр. |
| 35.(1) | 27.11 |  | Стойка на руках. | Иметь первоначальные представления о стойки на руках; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения. |
| 36.(1) | 01.12 |  | Круговая тренировка. | Иметь углубленные представления о том, как проходит круговая тренировка; договариваться о распределении функций и ролей и осуществлять взаимный контроль в ходе совместной деятельности. |
| 37.(1) | 03.12 |  | Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине. | Иметь углубленные представления о технике выполнения виса одной и двумя ногами на перекладине, лазанья по гимнастической стенке. |
| 38.(1) | 04.12 |  | Лазанье и перелезание по гимнастической стенке. |
| 39-40.(2) | 08.1210.12 |  | Прыжки через скакалку. | Иметь углубленные представления о технике выполнения прыжков через скакалку; договариваться о распределении функций и ролей и осуществлять взаимный контроль в ходе совместной деятельности. |
| 41.(1) | 11.12 |  | Лазанье по канату в три приёма. | Иметь первоначальные представления о лазанье по канату в три приёма; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижных игр. |
| 42.(1) | 15.12 |  | Круговая тренировка. | Иметь углубленные представления о том, как проходит круговая тренировка; договариваться о распределении функций и ролей и осуществлять взаимный контроль в ходе совместной деятельности. |
| 43-44.(2) | 17.1218.12 |  | Упражнения на гимнастическом бревне. | Иметь первоначальные представления об упражнениях на гимнастическом бревне; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижных игр. |
| 45.(1) | 22.12 |  | Круговая тренировка. | Иметь углубленные представления о том, как проходит круговая тренировка; договариваться о распределении функций и ролей и осуществлять взаимный контроль в ходе совместной деятельности. |
| 46.(1) | 24.12 |  | Лазанье по наклонной гимнастической скамейке. | Иметь первоначальные представления о лазанье по наклонной гимнастической скамейке; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижных игр. |
| 47.(1) | 25.12 |  | Варианты вращения обруча. | Иметь углубленные представления о различных вариантах вращения обруча. |
| 48.(1) | 29.12 |  | Круговая тренировка. | Иметь углубленные представления о том, как проходит круговая тренировка; договариваться о распределении функций и ролей и осуществлять взаимный контроль в ходе совместной деятельности. |
| 49.(1) | 31.12 |  | Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок. | Иметь углубленные представления о лыжах, их эксплуатации, о влиянии лыжной подготовки на здоровье человека; планировать и контролировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата, адекватно оценивать своё поведение и поведение окружающих. |
| 50.(1) | 14.01 |  | Ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками. |
| 51.(1) | 15.01 |  | Повороты на лыжах переступанием и прыжком. |
| 52.(1) | 19.01 |  | Попеременный двухшажный ход на лыжах. | Демонстрировать основную стойку лыжника. Демонстрировать технику выполнения скользящего шага в процессе прохождения учебной дистанции. Демонстрировать технику выполнения разученных способов передвижения на лыжах в условиях игровой деятельности. Участвовать в подвижных играх. Проявлять интерес и желание демонстрировать свои физические возможности и способности, технику выполнения освоенных двигательных действий. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять доброжелательность, сдержанность и уважение к игрокам. Проявлять положительные качества личности в процессе учебной деятельности. |
| 53.(1) | 21.01 |  | Одновременный двухшажный ход на лыжах. |
| 54.(1) | 22.01 |  | Подъём «полуёлочкой» и «ёлочкой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах. | Иметь углубленные представления о передвижении на лыжах, о подъёмах и спусках, торможении; организовывать здоровьесберегаю-щую жизнедеятельность. |
| 55.(1) | 26.01 |  | Подъём «лесенкой» и торможение «плугом» на лыжах. |
| 56.(1) | 28.01 |  | Передвижение и спуск на лыжах «змейкой». |
| 57.(1) | 29.01 |  | Игровой урок. Эстафета на лыжах. | Демонстрировать основную стойку лыжника. Демонстрировать технику выполнения скользящего шага в процессе прохождения учебной дистанции. Демонстрировать технику выполнения разученных способов передвижения на лыжах в условиях игровой деятельности. Участвовать в подвижных играх. Проявлять интерес и желание демонстрировать свои физические возможности и способности, технику выполнения освоенных двигательных действий. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять доброжелательность, сдержанность и уважение к игрокам. Проявлять положительные качества личности в процессе учебной деятельности. |
| 58.(1) | 02.02 |  | Спуски в низкой стойке. |
| 59.(1) | 04.02 |  | Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах. |
| 60.(1) | 05.02 |  | Контрольный урок по лыжной подготовке. |
| 61.(1) | 09.02 |  | Организационно – методические требования на уроках плавания. | Иметь первоначальное представление об организацион-но – методических требованиях на уроках плавания, о входе в воду; организовывать здоровьесберегаю-щую жизнедеятельность, принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения. |
| 62.(1) | 11.02 |  | Упражнение в воде «Поплавок». |
| 63.(1) | 12.02 |  | Скольжение на груди. |
| 64.(1) | 16.02 |  | Подвижная игра «Стрелка с мотором». |
| 65.(1) | 18.02 |  | Скольжение на спине. | Иметь первоначальное представление о технике скольжения на спине, о технике плавания кролем; организовывать здоровьесберегаю-щую жизнедеятельность, принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения. |
| 66-68.(3) | 19.0225.0226.02 |  | Движение руками и ногами при плавании кролем на груди. |
| 69.(1) | 02.03 |  | Проплывание дистанции 25 метров. |
| 70.(1) | 04.03 |  | Контрольный урок по плаванию. |
| 71-72.(2) | 05.0311.03 |  | Полоса препятствий. | Демонстрировать технику выполнения преодоления искусственных полос препятствий. Уверенно преодолевать полосы препятствий в стандартных игровых и соревновательных условиях. |
| 73-75.(3) | 12.0316.0318.03 |  | Прыжок в высоту с прямого разбега. | Уметь правильно выполнять движения в прыжках, прыгать в высоту с места и с разбега. |
| 76.(1) | 19.03 |  | Прыжки на мячах – хопах. | Иметь углубленные представления о прыжках на мячах –хопах; организовывать здоровьесберегаю-щую жизнедеятельность, принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения. |
| 77-78.(2) | 23.0302.04 |  | Эстафеты с мячом. | Иметь углубленные представления о вариантах эстафет с мячом. |
| 79.(1) | 06.04 |  | Броски мяча через волейбольную сетку. | Иметь углубленные представления о бросках мяча через волейбольную сетку; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность, принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения. |
| 80-82.(3) | 08.0409.0413.04 |  | Подвижная игра «Пионербол». |
| 83.(1) | 15.04 |  | Контрольный урок по игре «Пионербол». |
| 84.(1) | 16.04 |  | Броски набивного мяча способами «от груди» и «снизу». | Иметь углубленные представления о том, как выполняется бросок набивного мяча способами «от груди» и «снизу»; организовывать здоровьесберегаю-щую жизнедеятельность с помощью разминки с набивными мячами; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения. |
| 85.(1) | 20.04 |  | Броски набивного мяча правой и левой рукой. |
| 86.(1) | 22.04 |  | Тестирование виса на время. | Владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счёт отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств – силы и выносливости; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения. |
| 87.(1) | 23.04 |  | Тестирование наклона вперёд из положения стоя. |
| 88.(1) | 27.04 |  | Тестирование прыжка в длину с места. |
| 89.(1) | 29.04 |  | Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа согнувшись. |
| 90.(1) | 30.04 |  | Тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30 секунд. |
| 91-93.(3) | 04.0506.0507.05 |  | Спортивная игра «Баскетбол» | Иметь представление о баскетболе, применять изученные правила в игре; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения. |
| 94.(1) | 11.05 |  | Тестирование метания малого мяча на точность. | Владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счёт отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств – силы и выносливости; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения. |
| 95.(1) | 13.05 |  | Беговые упражнения. |
| 96.(1) | 14.05 |  | Тестирование бега на 30 метров с высокого старта. |
| 97.(1) | 18.05 |  | Тестирование челночного бега. |
| 98.(1) | 20.05 |  | Тестирование метания мяча на дальность. |
| 99.(1) | 21.05 |  | Бег на 1000 метров. |
| 100-102.(3) | 25.05 |  | Подвижные и спортивные игры. |