**Календарно - тематический план 3А, 3Б, 3В, 3Г класса Учитель: Халитова Ю.А**.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Дата прохождения** | | | | | | **Скорректированные**  **сроки** | | | | |
|  | | **3а** | **3 б** | | **3 в** | | **3 г** | **3а** | **3 б** | **3 в** | | **3 г** |
| **Тема 1. Лёгкая атлетика– 14 часов** | | | | | | | | | | | | |
|  | Вводный инструктаж по техника безопасности. Инструкция №17 по лёгкой атлетике. Разновидности ходьбы. | 02.09 | 01.09 | | 02.09 | | 01.09 |  |  |  | |  |
|  | Ходьба с препятствиями. Бег с ускорением 30 метров. | 05.09 | 05.09 | | 05.09 | | 05.09 |  |  |  | |  |
|  | Бег 30 метров, 60 метров. | 07.09 | 07.09 | | 07.09 | | 07.09 |  |  |  | |  |
|  | Встречная эстафета. | 09.09 | 08.09 | | 09.09 | | 08.09 |  |  |  | |  |
|  | Встречная эстафета. | 12.09 | 12.09 | | 12.09 | | 12.09 |  |  |  | |  |
|  | Челночный бег 3х10метров. Определение уровня физической подготовленности. | 14.09 | 14.09 | | 14.09 | | 14.09 |  |  |  | |  |
|  | Метание малого мяча. Развитие скоростно-силовых качеств. | 16.09 | 15.09 | | 16.09 | | 15.09 |  |  |  | |  |
|  | Метание малого мяча. Развитие скоростно-силовых качеств. | 19.09 | 19.09 | | 19.09 | | 19.09 |  |  |  | |  |
|  | Метание малого мяча. Развитие скоростно-силовых качеств. | 21.09 | 21.09 | | 21.09 | | 21.09 |  |  |  | |  |
|  | Кроссовая подготовка. Развитие выносливости. | 23.09 | 22.09 | | 23.09 | | 22.09 |  |  |  | |  |
|  | Кроссовая подготовка. Развитие выносливости. | 26.09 | 26.09 | | 26.09 | | 26.09 |  |  |  | |  |
|  | Развитие выносливости. Бег 1000 метров. | 28.09 | 28.09 | | 28.09 | | 28.09 |  |  |  | |  |
|  | Прыжок в длину с места. Развитие скоростно-силовых качеств. | 30.09 | 29.09 | | 30.09 | | 29.09 |  |  |  | |  |
|  | Прыжок в длину с места. Развитие скоростно-силовых качеств. | 03.09 | 03.09 | | 03.09 | | 03.09 |  |  |  | |  |
| **Тема 2. Подвижные игры с элементами баскетбола – 18 часов** | | | | | | | | | | | | |
|  | Повторный инструктаж по технике безопасности. Инструкция № 24 по спортивным играм. Способы передвижений без мяча. | 05.10 | 05.10 | 05.10 | | 05.10 | |  |  |  | |  |
|  | Стойка игрока и ловля мяча. Развитие координационных способностей. | 07.10 | 06.10 | 07.10 | | 06.10 | |  |  |  | |  |
|  | Стойка игрока и ловля мяча. Развитие координационных способностей. | 10.10 | 10.10 | 10.10 | | 10.10 | |  |  |  | |  |
|  | Ловля и передача мяча. Эстафеты с мячом. | 12.10 | 12.10 | 12.10 | | 12.10 | |  |  |  | |  |
|  | Ведение мяча стоя на месте и в движении. Игры с мячом. | 14.10 | 13.10 | 14.10 | | 13.10 | |  |  |  | |  |
|  | Ведение мяча стоя на месте и в движении. Игры с мячом. | 17.10 | 17.10 | 17.10 | | 17.10 | |  |  |  | |  |
|  | Передача мяча в парах. Бросок мяча двумя руками. Игры с мячом. | 19.10 | 19.10 | 19.10 | | 19.10 | |  |  |  | |  |
|  | Ведение мяча с изменением направления. Игры с мячом. | 21.10 | 20.10 | 21.10 | | 20.10 | |  |  |  | |  |
|  | Ведение мяча с изменением направления. Игры с мячом. | 24.10 | 24.10 | 24.10 | | 24.10 | |  |  |  | |  |
|  | Бросок мяча двумя руками. Игры с мячом. | 26.10 | 26.10 | 26.10 | | 26.10 | |  |  |  | |  |
|  | Передача мяча двумя руками стоя в колоннах. Игры на развитие координации. | 28.10 | 27.10 | 28.10 | | 27.10 | |  |  |  | |  |
|  | Передача мяча двумя руками стоя в колоннах. Игры на развитие координации. | 07.11 | 07.11 | 07.11 | | 07.11 | |  |  |  | |  |
|  | Ведение и передача мяча в парах. Эстафеты с мячом. | 09.11 | 09.11 | 09.11 | | 09.11 | |  |  |  | |  |
|  | Ведение и передача мяча в парах. Эстафеты с мячом. | 11.11 | 10.11 | 11.11 | | 10.11 | |  |  |  | |  |
|  | Передача мяча в движении. Бросок мяча двумя руками. Эстафеты с мячом. | 14.11 | 14.11 | 14.11 | | 14.11 | |  |  |  | |  |
|  | Ведение и передача мяча. Бросок мяча двумя руками. Игры на развитие координации. | 16.11 | 16.11 | 16.11 | | 16.11 | |  |  |  | |  |
|  | Ведение и передача мяча. Бросок мяча двумя руками. Игры на развитие координации. | 18.11 | 17.11 | 18.11 | | 17.11 | |  |  |  | |  |
|  | Ведение и передача мяча. Бросок мяча двумя руками. Игры на развитие координации. | 21.11 | 21.11 | 21.11 | | 21.11 | |  |  |  | |  |
| **Тема 3. Лыжная подготовка – 15 часов** | | | | | | | | | | | | |
|  | Повторный инструктаж по технике безопасности. Инструкция № 18 по лыжной подготовке. Подбор инвентаря. | 23.11 | 23.11 | 23.11 | | 23.11 | |  |  |  |  | |
|  | Ходьба ступающим шагом. | 25.11 | 24.11 | 25.11 | | 24.11 | |  |  |  |  | |
|  | Ходьба ступающим шагом. | 28.11 | 28.11 | 28.11 | | 28.11 | |  |  |  |  | |
|  | Ходьба скользящим шагом. | 30.11 | 30.11 | 30.11 | | 30.11 | |  |  |  |  | |
|  | Повороты переступанием. Игры и эстафеты. | 02.12 | 01.12 | 02.12 | | 01.12 | |  |  |  |  | |
|  | Повороты переступанием. Игры и эстафеты. | 05.12 | 05.12 | 05.12 | | 05.12 | |  |  |  |  | |
|  | Ходьба скользящим шагом с лыжными палками. | 07.12 | 07.12 | 07.12 | | 07.12 | |  |  |  |  | |
|  | Попеременный двухшажный ход. | 09.12 | 08.12 | 09.12 | | 08.12 | |  |  |  |  | |
|  | Попеременный двухшажный ход. | 12.12 | 12.12 | 12.12 | | 12.12 | |  |  |  |  | |
|  | Подъём ступающим шагом и спуск в основной стойке. | 14.12 | 14.12 | 14.12 | | 14.12 | |  |  |  |  | |
|  | Подъём «лесенкой». Игры и эстафеты. | 16.12 | 15.12 | 16.12 | | 15.12 | |  |  |  |  | |
|  | Подъём «лесенкой». Игры и эстафеты. | 19.12 | 19.12 | 19.12 | | 19.12 | |  |  |  |  | |
|  | Попеременный двухшажный ход. Игры и эстафеты. | 21.12 | 21.12 | 21.12 | | 21.12 | |  |  |  |  | |
|  | Прохождение дистанции до 2 км. | 23.12 | 22.12 | 23.12 | | 22.12 | |  |  |  |  | |
|  | Прохождение дистанции до 2 км. | 26.12 | 26.12 | 26.12 | | 26.12 | |  |  |  |  | |
| **Тема 4. Подвижные игры с элементами волейбола- 16 часов** | | | | | | | | | | | | |
|  | Повторный инструктаж по технике безопасности. Инструкция № 24 по спортивным играм. Ловля мяча. | 09.01 | 09.01 | 09.01 | | 09.01 | |  |  |  |  | |
|  | Ловля мяча на месте и в движении. Игры с мячом. | 11.01 | 11.01 | 11.01 | | 11.01 | |  |  |  |  | |
|  | Ловля мяча на месте и в движении. Игры с мячом. | 13.01 | 12.01 | 13.01 | | 12.01 | |  |  |  |  | |
|  | Ловля и передача мяча в парах. Эстафеты с мячом. | 16.01 | 16.01 | 16.01 | | 16.01 | |  |  |  |  | |
|  | Ловля и передача мяча через сетку. Игры с мячом | 18.01 | 18.01 | 18.01 | | 18.01 | |  |  |  |  | |
|  | Ловля и передача мяча через сетку. Игры с мячом | 20.01 | 19.01 | 20.01 | | 19.01 | |  |  |  |  | |
|  | Бросок мяча из-за головы. Развитие координационных способностей. | 23.01 | 23.01 | 23.01 | | 23.01 | |  |  |  |  | |
|  | Бросок мяча через сетку. Развитие координационных способностей. | 25.01 | 25.01 | 25.01 | | 25.01 | |  |  |  |  | |
|  | Бросок мяча через сетку. Развитие координационных способностей. | 27.01 | 26.01 | 27.01 | | 26.01 | |  |  |  |  | |
|  | Бросок мяча через сетку на точность. Игры с мячом. | 30.01 | 30.01 | 30.01 | | 30.01 | |  |  |  |  | |
|  | Передача мяча в колонне. Игры с мячом. | 01.02 | 01.02 | 01.02 | | 01.02 | |  |  |  |  | |
|  | Передача мяча в колонне. Игры с мячом. | 03.02 | 02.02 | 03.02 | | 02.02 | |  |  |  |  | |
|  | Передача мяча в треугольнике. Игры с мячом | 06.02 | 06.02 | 06.02 | | 06.02 | |  |  |  |  | |
|  | Передача мяча в треугольнике. Игры с мячом | 08.02 | 08.02 | 08.02 | | 08.02 | |  |  |  |  | |
|  | Бросок мяча двумя руками из-за головы через сетку. Игры с мячом. | 10.02 | 09.02 | 10.02 | | 09.02 | |  |  |  |  | |
|  | Бросок мяча двумя руками из-за головы через сетку. Игры с мячом. | 13.02 | 13.02 | 13.02 | | 13.02 | |  |  |  |  | |
| **Тема 5. Гимнастика- 16 часов** | | | | | | | | | | | | |
|  | Повторный инструктаж по технике безопасности. Инструкция № 16 по гимнастике. Строевые упражнения. ОРУ. | 15.02 | 15.02 | 15.02 | | 15.02 | |  |  |  |  | |
|  | Перекаты и группировка. Прыжки через скакалку. | 17.02 | 16.02 | 17.02 | | 16.02 | |  |  |  |  | |
|  | Перекаты и группировка. Прыжки через скакалку. | 20.02 | 20.02 | 20.02 | | 20.02 | |  |  |  |  | |
|  | Упражнения в равновесии. Стойка на лопатках. | 22.02 | 22.02 | 22.02 | | 22.02 | |  |  |  |  | |
|  | Упражнения в равновесии. Стойка на лопатках. | 24.02 | 27.02 | 24.02 | | 27.02 | |  |  |  |  | |
|  | Кувырок вперед в группировке. | 27.02 | 01.03 | 27.02 | | 01.03 | |  |  |  |  | |
|  | Акробатическое упражнение «мост». | 01.03 | 02.03 | 01.03 | | 02.03 | |  |  |  |  | |
|  | Акробатическое упражнение «мост». | 03.03 | 06.03 | 03.03 | | 06.03 | |  |  |  |  | |
|  | Висы и упоры. | 06.03 | 09.03 | 06.03 | | 09.03 | |  |  |  |  | |
|  | Висы и упоры. | 10.03 | 13.03 | 10.03 | | 13.03 | |  |  |  |  | |
|  | Подтягивание на низкой перекладине. | 13.03 | 15.03 | 13.03 | | 15.03 | |  |  |  |  | |
|  | Лазанье и перелазание через препятствия. | 15.03 | 16.03 | 15.03 | | 16.03 | |  |  |  |  | |
|  | Лазанье и перелазание через препятствия. | 17.03 | 20.03 | 17.03 | | 20.03 | |  |  |  |  | |
|  | Опорный прыжок | 20.03 | 22.03 | 20.03 | | 22.03 | |  |  |  |  | |
|  | Опорный прыжок | 22.03 | 23.03 | 22.03 | | 23.03 | |  |  |  |  | |
|  | Преодоление полосы препятствий. | 24.03 | 03.04 | 24.03 | | 03.04 | |  |  |  |  | |
| **Тема 6. Подвижные игры с элементами волейбола- 12 часов** | | | | | | | | | | | | |
|  | Повторный инструктаж по технике безопасности. Инструкция № 24 по спортивным играм. Способы передвижений без мяча. | 03.04 | 05.04 | 03.04 | | 05.04 | |  |  |  |  | |
|  | Ловля и передача мяча. Игры с мячом. | 05.04 | 06.04 | 05.04 | | 06.04 | |  |  |  |  | |
|  | Ловля и передача мяча. Игры с мячом. | 07.04 | 10.04 | 07.04 | | 10.04 | |  |  |  |  | |
|  | Бросок и ловля после удара в стену. Игры с мячом через сетку. | 10.04 | 12.04 | 10.04 | | 12.04 | |  |  |  |  | |
|  | Бросок и ловля после удара в стену. Игры с мячом через сетку. | 12.04 | 13.04 | 12.04 | | 13.04 | |  |  |  |  | |
|  | Бросок мяча двумя руками из-за головы через сетку. | 14.04 | 17.04 | 14.04 | | 17.04 | |  |  |  |  | |
|  | Бросок мяча двумя руками из-за головы через сетку. | 17.04 | 19.04 | 17.04 | | 19.04 | |  |  |  |  | |
|  | Бросок мяча двумя руками через сетку на точность. | 19.04 | 20.04 | 19.04 | | 20.04 | |  |  |  |  | |
|  | Передача мяча в колонне. Игры с мячом. | 21.04 | 24.04 | 21.04 | | 24.04 | |  |  |  |  | |
|  | Передача мяча в колонне. Игры с мячом. | 24.04 | 26.04 | 24.04 | | 26.04 | |  |  |  |  | |
|  | Игры-эстафеты с мячом. | 26.04 | 27.04 | 26.04 | | 27.04 | |  |  |  |  | |
|  | Игры-эстафеты с мячом. | 28.04 | 03.05 | 28.04 | | 03.05 | |  |  |  |  | |
| **Тема 7. Лёгкая атлетика- 11 часов** | | | | | | | | | | | | |
|  | Повторный инструктаж по технике безопасности. Инструкция №17 по лёгкой атлетике. | 03.05 | 04.05 | 03.05 | | 04.05 | |  |  |  |  | |
|  | Бег на короткие дистанции. | 05.05 | 08.05 | 05.05 | | 08.05 | |  |  |  |  | |
|  | Бег на короткие дистанции. | 08.05 | 10.05 | 08.05 | | 10.05 | |  |  |  |  | |
|  | Челночный бег. Развитие координации. | 10.05 | 11.05 | 10.05 | | 11.05 | |  |  |  |  | |
|  | Бег 30 метров. Метание мяча. | 12.05 | 15.05 | 12.05 | | 15.05 | |  |  |  |  | |
|  | Бег 30 метров. Метание мяча. | 15.05 | 17.05 | 15.05 | | 17.05 | |  |  |  |  | |
|  | Прыжок в длину. Определение уровня физической подготовленности. | 17.05 | 18.05 | 17.05 | | 18.05 | |  |  |  |  | |
|  | Прыжок в длину. Определение уровня физической подготовленности. | 19.05 | 22.05 | 19.05 | | 22.05 | |  |  |  |  | |
|  | Кроссовая подготовка. Развитие выносливости. | 22.05 | 24.05 | 22.05 | | 24.05 | |  |  |  |  | |
|  | Бег 1000 метров. | 24.05 | 25.05 | 24.05 | | 25.05 | |  |  |  |  | |
|  | Подвижные игры. | 26.05 | 26.05 | 26.05 | | 26.05 | |  |  |  |  | |