Календарно-тематическое планирование уроков физкультуры в 3 классе на период Д/О с 7 апреля по 30 мая.

3 часа в неделю.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Дата** | **Темы уроков** |
| 1 | 7.04 | Длительный бег. Многоразовые прыжки. Игра «Третий лишний». |
| 2 | 8.04 | Длительный бег. Преодоление препятствий. Игры. |
| 3 | 9.04 | Кросс 1000м. Преодоление естественных препятствий. Игры. |
| 4 | 14.05 | Тестирование физических качеств. Игра «Проверь себя». Виды испытаний ГТО. |
| 5 | 15.05 | Т/Б при метании. Метание на дальность. Игра «Перестрелка». |
| 6 | 16.05 | Метание на дальность. Бег с изменением темпа и ритма. |
| 7 | 21.04 | Метание на дальность. Бег с изменением направления. Эстафеты. |
| 8 | 22.04 | Прыжки по разметкам. Метание на дальность. Эстафеты. |
| 9 | 23.04 | Т/Б при прыжках в длину с/р. Двойные и тройные прыжки. |
| 10 | 28.04 | Многоскоки. Прыжки в длину с/р. Эстафеты. |
| 11 | 29.04 | Прыжки в длину с/р. Бег с ускорением. Эстафеты. |
| 12 | 30.04 | Прыжки в длину с/р. Челночный бег. |
| 13 | 5.05 | Прыжки в длину с/р. Челночный бег. Игры с бегом и прыжками. |
| 14 | 6.05 | Соревнование в беге 30 м. Эстафеты. |
| 15 | 7.05 | Развитие скоростных качеств. Челночный бег. Игры. |
| 16 | 12.05 | Бег с различной длиной шага. Челночный бег. Эстафеты. |
| 17 | 13.05 | Лёгкая атлетика. Чередование ходьбы и бега. Подвижная игра «Пятнашки». |
| 18 | 14.05 | Преодоление малых препятствий. Игра «Третий лишний». |
| 19 | 19.05 | Футбол. Ведение мяча правой и левой ногой. Игра «Гонка мячей». |
| 20 | 20.05 | Ведение мяча правой и левой ногой. Игра «Не давай мяч водящему». |
| 21 | 21.05 | Остановка мяча. Удар по мячу. «Школа мяча». Эстафеты. |
| 22 | 26.05 | Остановка мяча. Удар по мячу. «Школа мяча». Эстафеты. |
| 23 | 27.05 | Игры «Вышибалы», «Ночная охота». |
| 24 | 28.05 | Спортивная игра «Футбол». |