

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Гамовская средняя школа»
Пермского муниципального района Пермского края

Согласовано

Заместитель директора по УВР
МАОУ « Гамовской средней школы»
Рунина Е. М. _____

«31» августа
2018 учебный год

Утверждаю

Директор
МАОУ « Гамовской средней школы»
Микова Г.М. _____

Приказ № 278а от «31» августа
2018года



**Рабочая программа
по физической культуре
99 часов**

1 класс

Авторы программы М. Я. Виленский, В.И. Лях.
Москва «Просвещение» 2012 г. образовательная ступень нового
стандарта начального образования по ФГОС
Учебник: **Физическая культура. 1-4 классы.** Лях В.И.
Москва «Просвещение» 2013 г.

Составитель:

Каракулова Ирина
Евгеньевна, учитель
физической культуры

2018 год

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Гамовская средняя школа»
Пермского муниципального района Пермского края

Согласовано

Заместитель директора по УВР
МАОУ «Гамовской средней школы»
Рунина Е. М. _____

«31» августа
2018 учебный год

Утверждаю

Директор
МАОУ «Гамовской средней школы»
Микова Г.М. _____

Приказ № 278а от « 31 » августа
2018года

**Рабочая программа
по физической культуре
99 часов**

1 класс

Авторы программы М. Я. Виленский, В.И. Лях.
Москва «Просвещение» 2012 г. образовательная ступень нового
стандарта начального образования по ФГОС
Учебник: Физическая культура. 1-4 классы. Лях В.И.
Москва «Просвещение» 2013 г.

Составитель:

Каракулова Ирина
Евгеньевна, учитель
физической культуры

Планируемые результаты освоения предмета

По окончании изучения курса «Физическая культура» в начальной школе должны быть достигнуты определенные результаты.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.),⁴ показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Уровень физической подготовленности учащихся 1 класса

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Прыжок в длину с места, см	140	115	100	130	110	90
Челночный бег 3×10 м, сек	9,9	10,8	11,2	10,2	11,3	11,7
Бег на 30 м, сек	6,1	6,6	7	6,6	7,2	7,5
Метание малого мяча 150г (м)	20	15	10	15	10	5
Метание в цель с 6 м	3	2	1	3	2	1
Поднимание туловища за 30 сек., кол-во раз	16	13	10	14	12	9
Прыжки со скакалкой за 1 мин.	40	30	15	50	30	20
Подтягивание в висе (раз)	3	2	1	-	-	-
Подтягивание в висе лёжа (раз)	-	-	-	10	8	5
Наклон вперёд сидя (см)	+8	+3	-1	+11	+6	+2
Кросс 1000 м. (мин.,сек.)	Без учета времени					
Ходьба на лыжах 1 км.	Без учета времени					

Содержание программы

Основы знаний о физической культуре

Физическая культура как система разнообразных форм занятий физической подготовкой и укреплением здоровья человека. Возникновение физической культуры у древних людей. Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно-важные способы передвижения человека. Режим дня и личная гигиена.

Способы самостоятельной деятельности

Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультурминутки. Подвижные игры во время прогулок: правила организации и проведения игр, выбора одежды и инвентаря. Занятия по формированию правильной осанки: комплексы упражнений на обучение осанке и развитие мышц туловища.

Физическое совершенствование

Гимнастика с основами акробатики

Организующие команды и приемы: построение в шеренгу и колонну; выполнение основной стойки по команде “Смирно!”; выполнение команд “Вольно!”, “Ровняйся!”, “Шагом марш!”, “На месте!” и “Стой!”; размыкание в шеренге и колонне на месте; построение в круг колонной и шеренгой; повороты на месте налево и направо по команде “Налево!” (“Направо!”); размыкание и смыкание приставными шагами в шеренге;

Акробатические упражнения: упоры (присев, лежа, согнувшись, лежа сзади); седы (на пятках, с наклоном, углом); группировка из положения лежа и раскачивание в плотной группировке (с помощью); перекаты назад из седа с группированием и обратно (с помощью); из упора присев назад и боком;

Прикладно-гимнастические упражнения: передвижение по гимнастической стенке вверх и вниз, горизонтально лицом и спиной к опоре; ползание и переползание по-пластунски; преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелазания поочередно перемахом правой и левой ногой, переползания; танцевальные упражнения (стилизованные шаги «полька»); хождение по наклонной гимнастической скамейке; упражнения на низкой перекладине: вис стоя спереди, сзади, завесом одной и двумя ногами.

Легкая атлетика

Бег: с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (“змейкой”, “по кругу”, “спиной вперед”), из разных исходных положений и с разным положением рук; высокий старт с последующим стартовым ускорением.

Прыжки: на месте (на одной, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с места; прыгивание и запрыгивание на горку матов.

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность двумя руками из-за головы, от груди.

Метание: малого мяча правой и левой рукой из-за головы, стоя на месте, в вертикальную цель, в стену.

Лыжная подготовка

Организующие команды и приемы: “Лыжи на плечо!”, “Лыжи под руку!”, “Лыжи к ноге!”, “На лыжи становись!”; переноска лыж на плече и под рукой; передвижение в колонне с лыжами.

Передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом

Повороты: переступанием на месте и в движении

Спуски: в основной стойке

Подъемы: ступающим и скользящим шагом.

Торможение: палками и падением.

Подвижные игры

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений типа: «Смена мест», «Становись – разойдись», “Змейка”, “Пройди бесшумно”, “Тройка”, “Раки”, “Через холодный ручей”, “Петрушка на скамейке”, “Не урони мешочек”, «Альпинисты»

На материале легкой атлетики: “Пятнашки”, “К своим флажкам”, “Не оступись”, “Быстро по местам”, “Третий лишний”, “Метко в цель”.

На материале лыжной подготовки: “Салки на марше”, “На буксире”, “Два дома”, “По местам”, “День и ночь”, “Кто дольше прокатится”.

На материале спортивных игр:

Футбол: удар внутренней стороной стопы (“щечкой”) по неподвижному мячу с места, с одного- двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу и после ведения; подвижные игры типа “Точная передача”.

Баскетбол: ловля мяча на месте и в движении: низко летящего и летящего на уровне головы; броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади за головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); подвижные игры: “Бросай-поймай”, “Выстрел в небо”.

Волейбол: подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче.

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

1КЛАСС
Распределение учебных часов по разделам программы

№ п/п	Вид программного материала	Кол-во часов
1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока
2	Подвижные игры	26
3	Гимнастика с элементами акробатики	21
4	Легкая атлетика	23
5	Лыжная подготовка	17
6	Подвижные игры с элементами спортивных игр	12
7	Итого	99

Распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре в 1 классе

по четвертям

№ п/п	Вид программного материала	Кол-во часов (уроков)	Четверть			
			1	2	3	4
1	Основы знаний по физической культуре		В процессе урока			
2	Легкая атлетика	23	11			12
3	Подвижные игры	26	13		7	6
4	Гимнастика с элементами акробатики	21		21		
5	Лыжная подготовка	17			17	
6	Подвижные игры с элементами спортивных игр	12			6	6
	Итого:	99	24	21	30	24

Календарно-тематическое планирование

№ урока	Тема урока	Планируемые результаты			Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Дата
		предметные	метапредметные	личностные		
I четверть (24 часа)						
<i>Легкая атлетика (11 часов)</i>						
1	Техника безопасности во время занятий физической культурой	Дифференцировать понятия «колонна» и «шеренга»; уметь строиться в колонну в движении; понимать, какие требования необходимо выполнять для занятий физкультурой; научиться играть в подвижную игру «Ловишка»	<u>Коммуникативные:</u> формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. <u>Регулятивные:</u> уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. <u>Познавательные:</u> объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре	Формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Изучение понятий «шеренга» и «колонна», обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения; подвижная игра «Ловишка»	5.09.16-9.09.16
2	Спринтерский бег. Высокий старт.	Отличать, где право, а где лево; уметь выполнять разминку в движении; понимать правила тестирования бега на 30 м с высокого старта	<u>Коммуникативные:</u> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <u>Регулятивные:</u> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <u>Познавательные:</u> уметь рассказать правила проведения тестирования и подвижной игры «Ловишка»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; формирование чувства гордости за свою Родину	Повороты направо и налево. Строевые команды «равняйся», «смирно». Разминка в движении. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подвижная игра «Ловишка»	5.09.16-9.09.16

3	Техника челночного бега 3*10 м	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку в движении; понимать технику выполнения челночного бега	<p><u>Коммуникативные:</u> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><u>Регулятивные:</u> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь рассказать и показать технику выполнения челночного бега и правила проведения подвижной игры «Прерванные пятнашки»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности	Строевые упражнения. Разминка в движении; техника челночного бега; подвижная игра «Прерванные пятнашки»	5.09.16-9.09.16
4	Тестирование челночного бега 3*10 м	Знать, что такое дистанция и как ее можно удерживать; уметь выполнять разминку на месте; понимать правила тестирования челночного бега	<p><u>Коммуникативные:</u> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><u>Регулятивные:</u> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь рассказать правила проведения тестирования и подвижной игры «Прерванные пятнашки»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной	Удержание дистанции. Строевые команды «равняйся», «смирно». Разминка на месте; тестирование челночного бега 3*10 м с высокого старта; подвижная игра «Прерванные пятнашки»	12.09.16-16.09.16

				ответственности		
5	Метание малого мяча на дальность	Знать, как рассчитывать на первый- второй и как перестраиваться по этому расчету. Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; понимать правила подвижной игры «Гуси-лебеди»	<u>Коммуникативные:</u> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <u>Регулятивные:</u> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <u>Познавательные:</u> уметь рассказать о правилах проведения метания малого мяча на дальность и правила подвижной Игры «Гуси-лебеди»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасность	Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра «Гуси-лебеди»	12.09.16-16.09.16
6	Метание малого мяча в цель	Знать, как проводятся разминка с малыми мячами, тестирование метания малого мяча в цель; понимать правила подвижной игры «Два Мороза»	<u>Коммуникативные:</u> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <u>Регулятивные:</u> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <u>Познавательные:</u> уметь рассказать о проведении тестирования метания малого мяча в цель и о правилах проведения подвижной игры «Два Мороза»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и на-	Разминка с малыми мячами. Тестирование метания малого мяча в цель. Подвижная игра «Два Мороза»	12.09.16-16.09.16

				ходить выходы из спорных ситуаций		
7	Беговые упражнения. Бег на средние дистанции	Знать, какие бывают беговые упражнения. Уметь играть в подвижную игру «Колдунчики»	<u>Коммуникативные:</u> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <u>Регулятивные:</u> формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образцу и заданному примеру. <u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку в движении и беговые упражнения, пробегать средние дистанции, играть в подвижную игру «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств	Разминка в движении. Беговые упражнения. Бег на 200-300 м. Подвижная игра «Колдунчики»	19.09.16-23.09.16
8 9	Прыжок в длину с места	Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие координации движений, техника прыжка в длину с места; понимать правила подвижной игры «Волк во рву»	<u>Коммуникативные:</u> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <u>Регулятивные:</u> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <u>Познавательные:</u> уметь рассказать о проведении техники прыжка в длину с места и о правилах проведения подвижной игры «Волк во рву»	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Разминка, направленная на развитие координации движений. Техника прыжка в длину с места. Подвижная игра «Волк во рву»	19.09.16-23.09.16
10	Эстафетный бег	Знать, как проводятся разминка,	<u>Коммуникативные:</u> сохранять доброжелательное отношение	Развитие мотивов учебной	Разминка, направленная на	26.09.16-30.09.16

		направленная на развитие скорости, уметь демонстрировать финальное усилие и передачу эстафетной палочки, понимать правила подвижной игры «Охотник и зайцы»	друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <u>Регулятивные:</u> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <u>Познавательные:</u> уметь рассказать о проведении эстафет, передачи эстафетной палочки и о правилах проведения подвижной игры «Охотник и зайцы»	деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	развитие скорости. Встречная и круговая эстафета, техника передачи эстафетной палочки. Подвижная игра «Охотник и зайцы»	
11	Бег на длинные дистанции 1000м	Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие выносливости, тестирование бега на 1 км. Научиться распределять силу и быстроту на всю дистанцию.	<u>Коммуникативные:</u> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <u>Регулятивные:</u> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <u>Познавательные:</u> уметь рассказать о проведении техники бега на длинные дистанции	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасность	Разминка, направленная на развитие выносливости. Техника бега на длинные дистанции	26.09.16-30.09.16
12	Подвижная игра «Горелки»	Знать, как размыкаться на руки в стороны. Уметь выполнять разминку, направленную на	<u>Коммуникативные:</u> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов;	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительного	Строевые команды «направо», «налево», «на первый-второй рассчитайсь», «на руки в стороны разомкнись».	26.09.16-30.09.16

		развитие координации движений; понимать правила подвижной игры «Горелки»; запомнить стихотворное сопровождение	организовывать и осуществлять совместную деятельность. <u>Регулятивные:</u> формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач. <u>Познавательные:</u> уметь размышлять на руки в стороны, рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Горелки»	отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных ситуациях	Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра «Горелки». Упражнения на развитие внимания и равновесия	
13	Подвижная игра «Мышеловка»	Знать, что такое темп и ритм. Уметь выполнять разминку в движении; понимать правила подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»	<u>Коммуникативные:</u> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <u>Регулятивные:</u> формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач. <u>Познавательные:</u> уметь рассказать о темпе и ритме, а также о правилах проведения подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Разминка в движении. Подвижные игры «Салки» и «Мышеловка» сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками	3.10.16-7.10.16
14	Подвижная игра «Осада города»	Знать, как проводятся разминка с мячами, упражнения с	<u>Коммуникативные:</u> формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование	Разминка с мячами. Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра «Осада города»	3.10.16-7.10.16

		мячами в парах и подвижная игра «Осада города»	<p>для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира.</p> <p><u>Регулятивные:</u> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; формировать умение контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь повторить. упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку, рассказать правила проведения подвижной игры «Осада города»</p>	<p>личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей</p>		
15	Школа укрощения мяча	Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Вышибалы»	<p><u>Коммуникативные:</u> формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p><u>Регулятивные:</u> формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Вышибалы»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие эмоционально-нравственной отзывчивости</p>	<p>Разминка с Упражнения с мячами: ведение, броски и ловля. Подвижная игра «Вышибалы»</p>	3.10.16-7.10.16
16	Подвижная игра «Ночная охота»	Знать, как проводится разминка с мячами, как	<p><u>Коммуникативные:</u> слушать и слышать друг друга; формировать навыки речевого</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и</p>	<p>Разминка с мяч Упражнения: ведение, бросками,</p>	10.10.16-14.10.16

		<p>выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Ночная охота», что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение</p>	<p>отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. <u>Регулятивные:</u> формировать умение сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. <u>Познавательные:</u> уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Ночная охота»</p>	<p>формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности</p>	<p>перебрасыванием Подвижная игра «охота»</p>	
17	<p>Подвижная игра «Белочка-защитница»</p>	<p>Знать правила игры «Белочка-защитница»</p>	<p><u>Коммуникативные:</u> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <u>Регулятивные:</u> формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <u>Познавательные:</u> уметь играть в подвижную игру «Белочка-защитница»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	<p>Разминка с гимнастическими палками. Подвижная игра «Белочка-защитница»</p>	<p>10.10.16-14.10.16</p>

18	Подвижные игры с мячом	Знать правила проведения подвижных игр «Охотники и утки» и «Антивышибалы»	<p><u>Коммуникативные:</u> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; организовывать и осуществлять совместную деятельность.</p> <p><u>Регулятивные:</u> формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку с мячом, играть в подвижные игры «Охотники и утки» и «Антивышибалы»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Разминка с мячом. Подвижная игра «Охотники и утки». Подвижная игра «Антивышибалы»	10.10.16-14.10.16
19	Подвижные игры	Знать правила проведения подвижных игр	<p><u>Коммуникативные:</u> строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми; формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками.</p> <p><u>Регулятивные:</u> определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь осуществлять итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку с мячом, выбирать подвижные игры и участвовать в них</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Разминка с мячом. Подвижные игры.	17.10.16-21.10.16
20	Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, как играть	<p><u>Коммуникативные:</u> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, уважение к иной точке</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-	Разминка с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Подвиж-	17.10.16-21.10.16

		в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	зрения. <u>Регулятивные:</u> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь контролировать свою деятельность по результату. <u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку с мячами в движении по кругу, броски через волейбольную сетку; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	ная игра «Вышибалы через сетку»	
21	Подвижная игра «Точно в цель»	Знать, как выполнять броски набивного мяча снизу и от груди, как играть в подвижную игру «Точно в цель»	<u>Коммуникативные:</u> формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира. <u>Регулятивные:</u> формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату <u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку с малыми мячами, броски набивного мяча от груди и снизу; играть в	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных	Разминка с малыми мячами. Броски набивного мяча от груди и снизу. Подвижная игра «Точно в цель»	17.10.16-21.10.16

			подвижную игру «Точно в цель»	ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный образ жизни		
22	Подвижные игры для зала	Знать, как выбирать подвижные игры для зала, уметь в них играть	<p><u>Коммуникативные:</u> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать уважение к иной точке зрения.</p> <p><u>Регулятивные:</u> формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку с игровым упражнением «Запрещенное движение», выбирать подвижные игры для зала</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Разминка с игровым упражнением «Запрещенное движение». Подвижные игры для зала. Игровое упражнение на равновесие	17.10.16-21.10.16
23	Командная подвижная игра «Хвостики»	Знать, что такое координация движений, для чего она нужна людям. Уметь играть в подвижные игры	<u>Коммуникативные:</u> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;	Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижные игры	24.10.16-25.10.16

		«Хвостики» и «Совушка»	коммуникации. <u>Регулятивные:</u> формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. <u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть в подвижные игры «Хвостики» и «Совушка»	развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	«Хвостики» и «Совушка»	
24	Подвижные игры	Знать, как выбирать подвижные игры, как подводить итоги четверти	<u>Коммуникативные:</u> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение; формировать уважение к иной точке зрения. <u>Регулятивные:</u> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; осуществлять итоговый контроль. <u>Познавательные:</u> уметь выбирать подвижные игры, подводить итоги четверти	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Разминка в виде салок. Подвижные игры по желанию учеников. Подведение итогов четверти	24.10.16-25.10.16
II четверть (21 час)						
<i>Гимнастика с элементами акробатики (21 час)</i>						
25	Техника безопасности на уроках гимнастики. Темп и ритм	Знать технику безопасности на уроках гимнастики, что такое темп и ритм. Уметь	<u>Коммуникативные:</u> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Разминка в кругу.	2.11.16-11.11.16

		выполнять разминку в кругу; понимать правила подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»	помощью вопросов. <u>Регулятивные:</u> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. <u>Познавательные:</u> уметь рассказать о темпе и ритме, а также о правилах проведения подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»	смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других	Подвижные игры «Салки» и «Мышеловка»	
26	Подтягивания на низкой перекладине из виса лежа	Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса, понимать правила подвижной игры «Охотник и зайцы»	<u>Коммуникативные:</u> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <u>Регулятивные:</u> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <u>Познавательные:</u> уметь рассказать о проведении тестирования подтягивания на низкой перекладине и о правилах проведения подвижной игры «Охотник и зайцы»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа. Подвижная игра «Охотник и зайцы»	2.11.16-11.11.16
27	Тестирование виса на время	Знать, как проводятся разминка у гимнастической стенки, тестирование виса на время; понимать правила подвижной игры «Охотник и зайцы»	<u>Коммуникативные:</u> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <u>Регулятивные:</u> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <u>Познавательные:</u> уметь	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли;	Разминка у гимнастической стенки. Тестирование виса на время. Подвижная игра «Охотник и зайцы»	2.11.16-11.11.16

			рассказать о проведении тестирования виса на время и о правилах проведения подвижной игры «Охотник и зайцы»	развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей		
28	Стихотворное сопровождение как элемент развития координации и движений	Знать, как проводятся разминка со стихотворным сопровождением, подвижные игры «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	<u>Коммуникативные:</u> слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <u>Регулятивные:</u> уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. <u>Познавательные:</u> уметь воспроизвести стихотворное сопровождение разминочных упражнений, рассказать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Разминка со стихотворным сопровождением. Подвижные игры «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	14.11.16-18.11.16
29 30	Перекаты	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения группировки, что такое перекаты и чем они отличаются от кувырков, правила подвижной	<u>Коммуникативные:</u> устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <u>Регулятивные:</u> осознавать самого себя как движущую	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие доброжелательности и	Разминка на матах. Группировка. Перекаты. Подвижная игра «Удочка»	14.11.16-18.11.16

		игры «Удочка»	силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку на матах, делать группировку, перекаты; играть в подвижную игру «Удочка»	эмоционально-нравственной отзывчивости		
31 32	Техника выполнения кувырка вперед	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения перекатов и кувырка вперед, правила игры «Удочка»	<u>Коммуникативные:</u> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, навыки содействия в достижении цели со сверстниками. <u>Регулятивные:</u> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку на матах, перекаты, кувырок вперед и играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности	Разминка на матах. Перекаты. Кувырок вперед. Подвижная игра «Удочка»	21.11.16- 25.11.16
33 34	Стойка на лопатках, «мост»	Знать, что такое осанка, как проводится разминка, направленная на сохранение правильной осанки, технику выполнения	<u>Коммуникативные:</u> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми. <u>Регулятивные:</u> осознавать самого себя как движущую	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Кувырок вперед. Стойка на лопатках, «мост». Подвижная игра «Волшебные елочки»	21.11.16- 25.11.16

		кувырка вперед, стойки на лопатках и «моста», правила игры «Волшебные елочки»	силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост» и играть в подвижную игру «Волшебные елочки»	социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей		
35	Стойка на голове	Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка на матах с резиновыми кольцами, технику выполнения кувырка вперед и стойки на голове	<u>Коммуникативные:</u> формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях с целью планирования, контроля и самооценки. <u>Регулятивные:</u> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку на матах с резиновыми кольцами, кувырок вперед, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка на матах с резиновыми кольцами. Кувырок вперед. Стойка на голове. Игровое упражнение	28.11.16-2.12.16
36	Лазанье по гимнастической стенке	Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка на матах с резиновыми кольцами, технику	<u>Коммуникативные:</u> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;	Разминка на матах с резиновыми кольцами Лазанье по гимнастической стенке. Стойка на голове. Игровое	28.11.16-2.12.16

		выполнения стойки на голове	<p><u>Регулятивные:</u> добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку на матах с резиновыми кольцами, лазанье по гимнастической стенке, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание голове, проводить игровое</p>	развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	упражнение	
37	Перелезание на гимнастической стенке	Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка с гимнастическими палками, технику выполнения кувырка вперед и стойки на голове	<p><u>Коммуникативные:</u> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы.</p> <p><u>Регулятивные:</u> добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазанье и перелезание на гимнастической стенке, стойку на голове, кувырок вперед, проводить игровое упражнение</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты	Разминка с гимнастическими палкам Лазанье и перелезание гимнастической стенке. Стойка на голове. Кувырок вперед Игровое упражнение	5.12.16-9.12.16

			на внимание			
38	Висы на перекладине	Знать, что такое вис, как проводится разминка с гимнастическими палками, технику перелезания на гимнастической стенке	<p><u>Коммуникативные:</u> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><u>Регулятивные:</u> осознавать самого себя как движущую силу своего на- учения, формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазанье и перелезание на гимнастической стенке, выполнять вис стоя, вис, вис на согнутых руках на перекладине, проводить подвижную игру «Удочка»</p>	Развитие эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Разминка с гимнастическими палками Лазанье и перелезай на гимнастической стенке. Вис стоя, вис на согнутых рука на перекладине. Подвижная игра «Удочка»	5.12.16-9.12.16
39	Круговая тренировка	Знать, что такое круговая тренировка, как проводится разминка с гимнастическими палками, технику перелезания на гимнастической стенке и стойки на голове	<p><u>Коммуникативные:</u> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><u>Регулятивные:</u> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье и перелезание на гимнастической стенке. Вис стоя, вис на согнутых руках на перекладине. Круговая тренировка. Игровое упражнение	5.12.16-9.12.16

			<p><u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, круговую тренировку, проводить игровое упражнение на внимание и реакцию</p>	<p>эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей</p>		
40	Прыжки со скакалкой	<p>Знать, что такое скакалка и какие упражнения можно с ней выполнять, как прыгать со скакалкой и в скакалку, правила игры «Шмель»</p>	<p><u>Коммуникативные:</u> формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. <u>Регулятивные:</u> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку со скакалкой, прыжки со скакалкой, проводить подвижную и фу «Шмель»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости</p>	<p>Разминка со скакалкой. Прыжки со скакалкой и в скакалку. Подвижная игра «Шмель»</p>	<p>12.12.16-16.12.16</p>
41	Тестирование наклона вперед из положения стоя	<p>Знать, как проводится тестирование наклона вперед из положения стоя, как играть в подвижную игру «Собачки»</p>	<p><u>Коммуникативные:</u> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <u>Регулятивные:</u> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за</p>	<p>Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Подвижная игра «Собачки»</p>	<p>12.12.16-16.12.16</p>

			<p><u>Познавательные</u>: уметь выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, сдавать тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Собачки»</p>	свои поступки		
42	Подъема туловища за 30 с	Знать, как проводится тестирование подъема туловища за 30 с, как играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро»	<p><u>Коммуникативные</u>: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><u>Регулятивные</u>: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><u>Познавательные</u>: уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование подъема туловища за 30 с, играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Разминка в движении. Тестирование подъема туловища за 30 с. Подвижная игра «Лес, болото, озеро»	12.12.16-16.12.16
43	Круговая тренировка	Знать, что такое круговая тренировка и какие упражнения могут в нее входить, правила игры «Береги предмет»	<p><u>Коммуникативные</u>: слушать и слышать друг друга и учителя; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p><u>Регулятивные</u>: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие	Разминка со скакалкой. Круговая тренировка. Подвижная игра «Береги предмет»	19.12.16-28.12.16

			<p>действия и действия партнеров.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку со скакалкой, проходить станции круговой тренировки, проводить подвижную игру «Береги предмет»</p>	<p>самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах</p>		
44	Вращение обруча	<p>Знать, что такое обруч и как его можно вращать, как проводить разминку с обручами, правила игры «Попрыгунчики-воробушки»</p>	<p><u>Коммуникативные:</u> владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.</p> <p><u>Регулятивные:</u> формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку с обручами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад, вращать обруч, проводить подвижную игру «Попрыгунчики- воробушки»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости</p>	<p>Разминка с обручами. Вращение обруча. Подвижная игра «Попрыгунчики - воробушки»</p>	<p>19.12.16-28.12.16</p>
45	Обруч — учимся им управлять	<p>Знать, что такое обруч и как его можно вращать, как проводить разминку с обручами, правила игры «Попрыгунчики-воробушки»</p>	<p><u>Коммуникативные:</u> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; слушать и слышать друг друга.</p> <p><u>Регулятивные:</u> формировать умение контролировать свою деятельность по результату;</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли;</p>	<p>Разминка с обручами. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед. Вращение обруча. Подвижная игра «Попрыгунчики-воробушки»</p>	<p>19.12.16-28.12.16</p>

			<p>уметь сохранять заданную цель.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку с обручами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад, вращать обруч, проводить подвижную игру «Попрыгунчики- воробушки»</p>	<p>развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки</p>		
III четверть (30 часов)						
<i>Лыжная подготовка (17 часов)</i>						
46	<p>Техника безопасности на уроках лыжной подготовки.</p> <p>Ступающий шаг на лыжах без палок</p>	<p>Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего шага на лыжах без палок</p>	<p><u>Коммуникативные:</u> добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><u>Регулятивные:</u> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь переносить лыжи и передвигаться на лыжах ступающим шагом</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	<p>Проверка лыжной формы инвентаря; ступающий лыжный шаг</p>	<p>13.01.17- 20.01.17</p>
47	<p>Скользкий шаг на лыжах без палок</p>	<p>Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения</p>	<p><u>Коммуникативные:</u> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности, доброжелательности и</p>	<p>Переноска лыж под рукой; ступающий лыжный шаг без палок; скользкий лыжный шаг без</p>	<p>13.01.17- 20.01.17</p>

		ступающего и скользящего шага на лыжах без палок	задачами и условиями коммуникации. <u>Регулятивные:</u> формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату. <u>Познавательные:</u> уметь переносить лыжи под рукой, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок	эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	палок	
48	Повороты переступанием на лыжах без палок	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок; технику поворота на лыжах без палок	<u>Коммуникативные:</u> слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки работы в группе и уважение к другой точке зрения. <u>Регулятивные:</u> формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <u>Познавательные:</u> уметь переносить лыжи на плече, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок, выполнять повороты переступанием на лыжах без палок	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми	Переноска лыж под рукой; ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; поворот, переступание на лыжах без палок	13.01.17-20.01.17

49 50	Ступающий шаг на лыжах с палками	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок, а также ступающего шага с палками	<p><u>Коммуникативные:</u> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p><u>Регулятивные:</u> уметь сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок, выполнять повороты переступанием на лыжах без палок, передвигаться на лыжах ступающим шагом с палками</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Переноска лыж с палками под рукой; ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; ступающий лыжный шаг с палками	13.01.17- 20.01.17 23.01.17- 27.01.17
51 52	Скользящий шаг на лыжах с палками	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок, скользящего лыжного шага с палками	<p><u>Коммуникативные:</u> формировать навыки работы в группе; слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><u>Регулятивные:</u> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок, скользящим шагом с палками</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей	Ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг с палками	23.01.17- 27.01.17

53 54	Поворот переступанием на лыжах с палками	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок, скользящего лыжного шага с палками, а также поворотов переступанием на лыжах с палками	<u>Коммуникативные:</u> слушать и слышать друг друга и учителя; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <u>Регулятивные:</u> формировать умение сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <u>Познавательные:</u> уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок и с палками, выполнять повороты переступанием на лыжах с палками	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей	Ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг с палками; повороты переступанием на лыжах с палками	30.01.17- 3.02.17
55	Подъем и спуск под уклон на лыжах без палок	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения подъема на склон «полуелочкой» без палок, а также знать технику спуска со склона в основной стойке без палок	<u>Коммуникативные:</u> слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <u>Регулятивные:</u> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <u>Познавательные:</u> уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок и с палками, выполнять спуск со склона в основной стойке и подъем на него «полуелочкой» на лыжах без палок	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей	Ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; скользящий и ступающий лыжный шаг с палками; спуск со склона в основной стойке; подъем на склон «полуелочкой»	30.01.17- 3.02.17
56	Подъем и спуск под	Знать правила	<u>Коммуникативные:</u> слушать и	Развитие мотивов	Скользящий и сту-	6.02.17-

57	уклон на лыжах с палками	проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения подъема на склон «полуелочкой» с лыжными палками, а также технику спуска со склона в основной стойке с лыжными палками. Познакомиться с техникой тор-переступанием	слышать друг друга и учителя; формировать уважение к иной точке зрения; устанавливать рабочие отношения. <u>Регулятивные:</u> формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; уметь сохранять заданную цель. <u>Познавательные:</u> уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с палками; выполнять подъем и спуск со склона на лыжах с палками, торможение падением	учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей	пающий лыжный шаг с палками; спуск со склона в основной стойке; подъем на склон «полуелочкой» на лыжах с палками. Торможение падением	10.02.17
58	Прохождение дистанции 1 км на лыжах	Узнать возможности своего организма с помощью прохождения дистанции 1 км, знать технику выполнения подъема на склон «полуелочкой» с лыжными палками, а также спуска со склона в основной стойке с лыжными палками	<u>Коммуникативные:</u> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения. <u>Регулятивные:</u> формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. <u>Познавательные:</u> уметь проходить на лыжах дистанцию 1 км, выполнять подъем и спуск со склона на лыжах с палками	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Скользящий лыжный шаг с палками; спуск со склона в основной стойке; подъем на склон «полуелочкой» на лыжах с палками. Прохождение дистанции 1 км на	6.02.17-10.02.17
59	Скользящий шаг на лыжах «змейкой»	Знать, как выполняется скользящий шаг на	<u>Коммуникативные:</u> слушать и слышать друг друга и учителя; понимать мысли, чувства,	Развитие мотивов учебной деятельности и	Скользящий шаг на лыжах с палками «змейкой»	13.02.17-17.02.17

		<p>лыжах «змейкой»; знать вариант биатлонного упражнения</p>	<p>стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом. <u>Регулятивные</u>: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <u>Познавательные</u>: уметь передвигаться «змейкой» на лыжах и метать на точность</p>	<p>формирование личного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>		
60 61	<p>Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах</p>	<p>Узнать возможности своего организма с помощью прохождения дистанции 1,5 км</p>	<p><u>Коммуникативные</u>: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения. <u>Регулятивные</u>: формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. <u>Познавательные</u>: уметь проходить на лыжах дистанцию 1,5 км</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей</p>	<p>Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах; свободное катание</p>	<p>13.02.17- 17.02.17</p>
62	<p>Контрольный урок по лыжной подготовке</p>	<p>Узнать, как проводятся занятия по лыжной подготовке</p>	<p><u>Коммуникативные</u>: с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; формировать навыки учебного</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения; развитие</p>	<p>Ступающий и скользящий шаг как с лыжными палками, так и без них; спуск со склона в основной стойке; подъем на склон «полуелочкой»;</p>	<p>13.02.17- 17.02.17</p>

			сотрудничества в индивидуальной и групповой работе. <u>Регулятивные:</u> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <u>Познавательные:</u> уметь выполнять различные лыжные ходы, спускаться со склона и подниматься на него, тормозить падением	этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	торможение падением	
<i>Подвижные игры (7 часов)</i>						
63	Подвижная игра «Горелки»	Знать, как размыкаться на руки в стороны. Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; понимать правила подвижной игры «Горелки»; запомнить стихотворное сопровождение	<u>Коммуникативные:</u> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов; организовывать и осуществлять совместную деятельность. <u>Регулятивные:</u> формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач. <u>Познавательные:</u> уметь размыкаться на руки в стороны, рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Горелки»	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных ситуациях	Строевые команды «направо», «налево», «на первый-второй рассчитайся», «на руки в стороны разомкнись». Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра «Горелки». Упражнения на развитие внимания и равновесия	27.02.17-3.03.17
64	Подвижная игра «Мышеловка»	Знать, что такое темп и ритм. Уметь	<u>Коммуникативные:</u> с достаточной полнотой и	Развитие мотивов учебной	Передвижение и выполнение	27.02.17-3.03.17

		<p>выполнять разминку в движении; понимать правила подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»</p>	<p>точноcтью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <u>Регулятивные:</u> формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач. <u>Познавательные:</u> уметь рассказать о темпе и ритме, а также о правилах проведения подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»</p>	<p>деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости</p>	<p>упражнений с разным темпом и ритмом. Разминка в движении. Подвижные игры «Салки» и «Мышеловка» сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками</p>	
65	Подвижная игра «Рыбаки и рыбки»	Знать правила игры «Рыбаки и рыбки»	<p><u>Коммуникативные:</u> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точноcтью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <u>Регулятивные:</u> формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <u>Познавательные:</u> уметь играть в подвижную игру «Рыбаки и рыбки»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	<p>Разминка со скакалками. Подвижная игра «Рыбаки и рыбки»</p>	27.02.17-3.03.17
66	Подвижная игра «Гонка мяча по	Знать, как проводятся разминка с	<p><u>Коммуникативные:</u> формировать навык речевых</p>	<p>Развитие мотивов учебной</p>	<p>Разминка с мячами. Упражнения с мячами</p>	6.03.17-10.03.17

	кругу»	мячами, упражнения с мячами в парах и подвижная игра «Гонка мяча по кругу»	действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира. <u>Регулятивные:</u> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; формировать умение контролировать свою деятельность по результату. <u>Познавательные:</u> уметь повторить. упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку, рассказать правила проведения подвижной игры «Гонка мяча по кругу»	деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей	в парах. Подвижная игра «Гонка мяча по кругу»	
67	Подвижная игра «Грибы-шалуны»	Знать правила игры «Грибы-шалуны»	<u>Коммуникативные:</u> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <u>Регулятивные:</u> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку со стихотворным сопровождением, играть в подвижную игру «Грибы-шалуны»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей	Разминка со стихотворным сопровождением. Подвижная игра «Грибы-шалуны»	6.03.17-10.03.17

68	Эстафеты с мячом	Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мячами, правила проведения эстафет	<p><u>Коммуникативные:</u> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><u>Регулятивные:</u> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой в движении, участвовать в эстафетах</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей	Разминка с мячом. Ведение мяча в движении. Эстафеты с мячом	6.03.17-10.03.17
69	Подвижные игры	Знать, как выбирать подвижные игры, как подводить итоги четверти	<p><u>Коммуникативные:</u> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение; формировать уважение к иной точке зрения.</p> <p><u>Регулятивные:</u> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; осуществлять итоговый контроль.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь выбирать подвижные игры, подводить итоги четверти</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Разминка в виде салок. Подвижные игры по желанию учеников. Подведение итогов четверти	13.03.17-17.03.17

Подвижные игры с элементами спортивных игр (6 часов)

70	Подвижные игры с мячом	Знать игры, в которых используется мяч, правила игр «Ловишка», «Вышибалы», «Игра в птиц с мячом»	<p><u>Коммуникативные:</u> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><u>Регулятивные:</u> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку в движении, играть в подвижные игры «Ловишка», «Вышибалы», «Игра в птиц с мячом»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Разминка в движении. Подвижные игры «Вышибалы», «Ловишка», «Игра в птиц с мячом»	13.03.17-17.03.17
71 72	Броски и ловля мяча в парах	Знать, что такое броски и ловля мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Котел»	<p><u>Коммуникативные:</u> слушать и слышать друг друга и учителя; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p><u>Регулятивные:</u> формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, играть в подвижную игру «Котел»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других	Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способами. Подвижная игра «Котел»	13.03.17-17.03.17

				людей		
73	Ведение мяча	Знать, что такое ведение мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Охотники и утки»	<p><u>Коммуникативные:</u> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><u>Регулятивные:</u> определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, вести мяч правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Охотники и утки»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей	Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способами. Ведение мяча. Подвижная игра «Охотники и утки»	20.03.17-22.03.17
74	Ведение мяча в движении	Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мячами, правила проведения эстафет	<p><u>Коммуникативные:</u> формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><u>Регулятивные:</u> определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств	Разминка с мячом. Ведение мяча в движении. Эстафеты	20.03.17-22.03.17

			в движении, участвовать в эстафетах			
75	Броски мяча через волейбольную сетку	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку	<p><u>Коммуникативные:</u> формировать умение сохранять доброжелательное отношение друг к другу; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p><u>Регулятивные:</u> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку в парах, броски через волей-больную сетку; играть в подвижную игру «Забросай противника мячами»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие сопереживания чувствам других людей	Разминка в парах. Броски мяча через волейбольную сетку. Подвижная игра «Забросай противника мячами»	20.03.17-22.03.17
IV четверть (24 часа)						
<i>Легкая атлетика (12 часов)</i>						
76	Техника безопасности во время занятий легкой атлетикой и подвижными играми	Дифференцировать понятия «колонна» и «шеренга»; уметь строиться в колонну в движении; понимать, какие требования необходимо выполнять для занятий физкультурой;	<p><u>Коммуникативные:</u> формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><u>Регулятивные:</u> уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p><u>Познавательные:</u> объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно</p>	Формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Изучение понятий «шеренга» и «колонна», обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения; подвижная игра «Ловишка»	3.04.17-7.04.17

		научиться играть в подвижную игру «Ловишка»	выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре			
77	Спринтерский бег. Высокий старт.	Отличать, где право, а где лево; уметь выполнять разминку в движении; понимать правила тестирования бега на 30 м с высокого старта	<u>Коммуникативные:</u> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <u>Регулятивные:</u> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <u>Познавательные:</u> уметь рассказать правила проведения тестирования и подвижной игры «Ловишка»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; формирование чувства гордости за свою Родину	Повороты направо и налево. Строевые команды «равняйся», «смирно». Разминка в движении. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подвижная игра «Ловишка»	3.04.17-7.04.17
78	Техника челночного бега 3*10 м	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку в движении; понимать технику выполнения челночного бега	<u>Коммуникативные:</u> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга. <u>Регулятивные:</u> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. <u>Познавательные:</u> уметь рассказать и показать технику выполнения челночного бега и правила проведения подвижной игры «Прерванные пятнашки»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности	Строевые упражнения. Разминка в движении; техника челночного бега; подвижная игра «Прерванные пятнашки»	3.04.17-7.04.17
79	Тестирование челночного бега 3*10 м	Знать, что такое дистанция и как ее можно удерживать; уметь выполнять разминку на месте;	<u>Коммуникативные:</u> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <u>Регулятивные:</u> формировать	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного	Удержание дистанции. Строевые команды «равняйся», «смирно». Разминка на месте;	10.04.17-14.04.17

		понимать правила тестирования челночного бега	умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников <u>Познавательные:</u> уметь рассказать правила проведения тестирования и подвижной игры «Прерванные пятнашки»	смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности	тестирование челночного бега 3*10 м с высокого старта; подвижная игра «Прерванные пятнашки»	
80	Метание малого мяча на дальность	Знать, как рассчитывать на первый- второй и как перестраиваться по этому расчету. Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; понимать правила подвижной игры «Гуси-лебеди»	<u>Коммуникативные:</u> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <u>Регулятивные:</u> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <u>Познавательные:</u> уметь рассказать о правилах проведения метания малого мяча на дальность и правила подвижной Игры «Гуси-лебеди»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасность	Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра «Гуси-лебеди»	10.04.17-14.04.17
81 82	Метание малого мяча в цель	Знать, как проводятся разминка с малыми	<u>Коммуникативные:</u> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать	Развитие этических чувств, доброжелательнос	Разминка с малыми мячами. Тестирование	10.04.17-14.04.17

		мячами, тестирование метания малого мяча в цель; понимать правила подвижной игры «Два Мороза»	рабочие отношения. <u>Регулятивные:</u> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <u>Познавательные:</u> уметь рассказать о проведении тестирования метания малого мяча в цель и о правилах проведения подвижной игры «Два Мороза»	ти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	метания малого мяча в цель. Подвижная игра «Два Мороза»	17.04.17-21.04.17
83	Беговые упражнения. Бег на средние дистанции	Знать, какие бывают беговые упражнения. Уметь играть в подвижную игру «Колдунчики»	<u>Коммуникативные:</u> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <u>Регулятивные:</u> формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образцу и заданному примеру. <u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку в движении и беговые упражнения, пробегать средние дистанции, играть в подвижную игру «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств	Разминка в движении. Беговые упражнения. Бег на 200-300 м. Подвижная игра «Колдунчики»	17.04.17-21.04.17

84 85	Прыжок в длину с места	Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие координации движений, техника прыжка в длину с места; понимать правила подвижной игры «Волк во рву»	<u>Коммуникативные:</u> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <u>Регулятивные:</u> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <u>Познавательные:</u> уметь рассказать о проведении техники прыжка в длину с места и о правилах проведения подвижной игры «Волк во рву»	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Разминка, направленная на развитие координации движений. Техника прыжка в длину с места. Подвижная игра «Волк во рву»	17.04.17-21.04.17 24.04.17-28.04.17
86	Эстафетный бег	Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие скорости, уметь продемонстрировать финальное усилие и передачу эстафетной палочки, понимать правила подвижной игры «Охотник и зайцы»	<u>Коммуникативные:</u> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <u>Регулятивные:</u> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <u>Познавательные:</u> уметь рассказать о проведении эстафет, передачи эстафетной палочки и о правилах проведения подвижной игры «Охотник и зайцы»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Разминка, направленная на развитие скорости. Встречная и круговая эстафета, техника передачи эстафетной палочки. Подвижная игра «Охотник и зайцы»	24.04.17-28.04.17
87	Бег на длинные дистанции 1000м	Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие выносливости, тестирование бега	<u>Коммуникативные:</u> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <u>Регулятивные:</u> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения	Разминка, направленная на развитие выносливости. Техника бега на длинные дистанции	24.04.17-28.04.17

		на 1 км. Научиться распределять силу и быстроту на всю дистанцию.	сверстников. <u>Познавательные:</u> уметь рассказать о проведении техники бега на длинные дистанции	не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасность		
Подвижные игры (6 часов)						
88	Подвижные игры	Знать, как выбирать подвижные игры	<u>Коммуникативные:</u> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение; формировать уважение к иной точке зрения. <u>Регулятивные:</u> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; осуществлять итоговый контроль. <u>Познавательные:</u> уметь выбирать подвижные игры.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Разминка в виде салок. Подвижные игры по желанию учеников	1.05.17-5.05.17
89 90	Подвижные игры с мячом	Знать игры, в которых используется мяч, правила игр «Ловишка», «Вышибалы», «Игра в птиц с мячом»	<u>Коммуникативные:</u> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <u>Регулятивные:</u> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и	Разминка в движении. Подвижные игры «Вышибалы», «Ловишка», «Игра в птиц с мячом»	1.05.17-5.05.17

			<p>познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку в движении, играть в подвижные игры «Ловишка», «Вышибалы», «Игра в птиц с мячом»</p>	<p>взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>		
91	Командные подвижные игры	<p>Знать правила игры «День и ночь», понимать, что значит команда.</p> <p>Уметь играть в подвижную игру «Хвостики»</p>	<p><u>Коммуникативные:</u> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p><u>Регулятивные:</u> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку в движении, играть в подвижные игры «Хвостики» и «День и ночь»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>	<p>Разминка в движении. Подвижные игры «Хвостики» и «День и ночь»</p>	8.05.17-12.05.17
92 93	Подвижные игры для зала	<p>Знать, как выбирать подвижные игры для зала, уметь в них играть</p>	<p><u>Коммуникативные:</u> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать уважение к иной точке зрения.</p> <p><u>Регулятивные:</u> формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие</p>	<p>Разминка с игровым упражнением «Запрещенное движение». Подвижные игры для зала. Игровое упражнение на равновесие</p>	8.05.17-12.05.17

			знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач. <u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку с игровым упражнением «Запрещенное движение», выбирать подвижные игры для зала	навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		
<i>Подвижные игры с элементами спортивных игр (6 часов)</i>						
94	Точность бросков мяча через волейбольную сетку	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность	<u>Коммуникативные:</u> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <u>Регулятивные:</u> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. <u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку в парах, броски через волейбольную сетку на точность	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях	Разминка в парах. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Подвижная игра «Забросай противника мячами»	15.05.17-19.05.17
95	Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	<u>Коммуникативные:</u> владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <u>Регулятивные:</u> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие	Разминка с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на дальность. Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	15.05.17-19.05.17

			<p>сверстников; уметь сохранять заданную цель; видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку с мячами в движении по кругу, броски через волейбольную сетку на дальность; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»</p>	<p>самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах</p>		
96	Бросок набивного мяча от груди	Знать, как выполнять броски набивного мяча от груди, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	<p><u>Коммуникативные:</u> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p><u>Регулятивные:</u> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><u>Познавательные:</u> уметь выполнять разминку с набивными мячами, броски набивного мяча от груди; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»</p>	<p>Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	<p>Разминка с набивными мячами. Броски набивного мяча от груди. Подвижная игра «Вышибалы через сетку»</p>	22.05.17-30.05.17
97	Бросок набивного мяча снизу	Знать, как выполнять броски набивного мяча снизу	<p><u>Коммуникативные:</u> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности; развитие</p>	<p>Разминка с набивными мячами. Броски набивного мяча от груди и снизу</p>	22.05.17-30.05.17

			<p>недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p><u>Регулятивные</u>: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><u>Познавательные</u>: уметь выполнять разминку с набивными мячами, броски набивного мяча от груди и снизу</p>	<p>этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей</p>		
98	Прохождение полосы препятствий	<p>Знать, что такое полоса препятствий, как ее преодолевать, правила игры «Белочка-защитница»</p>	<p><u>Коммуникативные</u>: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p><u>Регулятивные</u>: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><u>Познавательные</u>: уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Белочка-</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей</p>	<p>Разминка на гимнастических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Подвижная игра «Белочка-защитница»</p>	22.05.17-30.05.17

			защитница»			
99	Глаза закрывай — упражнение начинай	Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, как выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Ночная охота», что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение. Подведение итогов учебного года	<u>Коммуникативные:</u> слушать и слышать друг друга; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. <u>Регулятивные:</u> формировать умение сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. <u>Познавательные:</u> уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Ночная охота»; знать, как выполнять упражнения с закрытыми глазами. Уметь подводить итоги учебного года	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности	Разминка с закрытыми глазами. Упражнения с мячами: ведение, броски, ловля, перебрасывание. Подвижная игра «Ночная охота» Подведение итогов учебного года	22.05.17- 30.05.17