

**государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа имени полного кавалера ордена Славы Петра Васильевича Кравцова
с. Старопохвистнево муниципального района Похвистневский Самарской области**

Рассмотрена
на заседании ШМО
протокол № 1
«26» августа 2015 г.

Согласована:
Заместитель директора по УВР
 Р.Р. Акимова
«27» августа 2015 г.

Утверждена:
Директор школы

С.Н. Торучикова
приказ № 58/1-од от 31 августа 2015 г.



**Рабочая программа по Физической культуре
для 1-4 класса**

I. Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон «Об образовании в РФ» №273-ФЗ от 29.12.12г.;
2. Приказ Минобрнауки России от 06.10.2009 г. №373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (в редакции приказов от 26.11.2010 №1241, от 22.09.2011 № 2357, от 18.12.2012 №1060, от 29.12.2014 №1643, от 18.05.2015 №507);
3. СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (утвержден постановлением Главного государственного санитарного врача РФ 29.12.2010г. №189 (в редакции от 25.12.2013));
4. Письмо Департамента государственной политики в сфере общего образования Минобрнауки России от 29.04.2014 №08-548 «О федеральном перечне учебников»;
5. Письмо Департамента государственной политики в сфере общего образования Минобрнауки России от 15.07.2014 № 08-888 «Об аттестации учащихся общеобразовательных организаций по учебному предмету «Физическая культура»;
6. Письмо Минобрнауки России от 20.07.2015 г. № 09-1774 «О направлении учебно-методических материалов» (по физической культуре);
7. Письмо Минобрнауки России от 18.06.2015 №НТ-670/08 «Методические рекомендации по организации самоподготовки учащихся при осуществлении образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
8. Примерная основная образовательная программа начального общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15, входит в специальный государственный реестр примерных основных образовательных программ, размещена на официальном сайте <http://edu.crowdexpert.ru/results-noo>).
9. Основная образовательная программа начального общего образования ГБОУ СОШ им. П.В. Кравцова

с. Старопохвистнево (утверждена приказом №58-од от 31.08.15 г.);

10. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов с направленным развитием двигательных способностей. «Комплексная программа по физическому воспитанию 1-11 класс».- М.: Просвещение, 2011.

Физическая культура — обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Важнейшие задачи образования в начальной школе (формирование предметных и универсальных способов действий, обеспечивающих возможность продолжения образования в основной школе; воспитание умения учиться — способности к самоорганизации с целью решения учебных задач; индивидуальный прогресс в основных сферах личностного развития — эмоциональной, познавательной, саморегуляции) реализуются в процессе обучения всем предметам. Однако каждый из них имеет свою специфику.

Физическая культура совместно с другими предметами решает одну из важных проблем — проблему здоровья ребенка.

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная деятельность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Цель программы: формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;

- формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Программа обучения физической культуре направлена на:

- реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащённостью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион).
- реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;
- соблюдение дидактических принципов «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура»

Общая характеристика учебного предмета

Современные школьники отличаются от сверстников пятнадцати-двадцатилетней давности любознательностью и большей информированностью, но при этом физически слабо развиты. Причина состоит в том, что изменились экологические и социальные условия. Если в прежнее время маленький человек 5–9 лет имел возможность реализовать свою двигательную активность в семье, во дворе, в школе, то теперь ситуация коренным образом изменилась.

ФГОС предусматривает проблемный характер изложения и изучения материала, требующий деятельностного подхода. В учебниках «Физическая культура» это поддерживается специальным методическим аппаратом, реализующим технологию проблемного диалога. Начиная с 2-3 класса, введены проблемные ситуации, стимулирующие учеников к постановке целей, даны вопросы для актуализации необходимых знаний, приведён вывод, к которому ученики должны прийти на уроке. Деление текста на рубрики позволяет научить учащихся составлению плана. Наконец, при подаче материала в соответствии с этой технологией само изложение учебного материала носит проблемный характер.

Учебники «Физическая культура» нацелены на формирование личностных результатов, регулятивных, познавательных и коммуникативных универсальных учебных действий.

Описание места учебного предмета в учебном плане

В соответствии с изменениями, внесёнными в федеральный базисный учебный план курс «Физическая культура», изучается с 1-го по 4-й класс по три часа в неделю. Общий объём учебного времени составляет 405 часов. В каждом классе количество уроков составляет 102 часа. В объём уроков по физической культуре в каждом классе выделяется время для совместной работы учеников с родителями (соревнования, конкурсы)

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

Ценность социальной солидарности как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

Ценность человечества – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по физической культуре являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на необходимом техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях

Планируемые результаты

В результате освоения физической культуры учащиеся должны:

Знать:

Историю возникновения физкультуры. Технику безопасности на уроках лыжной подготовки, легкой атлетики, гимнастики. Гигиенические требования, Основные части тела, работа мышц. Особенности дыхания. Особенности температурного режима.

Способы закаливания организма и основные приемы самомассажа. Правила использования спортивного инвентаря и оборудования.

Учащиеся должны уметь:

Составлять простые комплексы упражнений для утренней гимнастики. Правильно выполнять основы движения в ходьбе, беге, в метании на дальность и меткость. В гимнастике уметь выполнять акробатические упражнения (перекаты, кувырки, ст. на лопатках), упражнения в лазании и перелазании, упражнения в равновесии, упражнения на координацию движений. В подвижных играх уметь: играть в п/игры с бегом, прыжками метаниями Передвигаться на лыжах. Выполнять подъемы и спуски. Показывать средний уровень физического развития

Соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями. Выполнять комплексы общеразвивающих упражнений.

Учебно - методический комплекс:

Учебник: Лях В.И. Физическая культура: учеб. Для учащихся 1-4 кл. нач. шк./ В.И. Лях.-8-е изд.- М.: Просвещение, 2010.-190 с.: Ил.- ISBN 978-5-09-019363-4

Методическая литература:

Коваленко В.И. Уроки физкультуры в начальной школе: Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование- М.: ВАКО, 2003.- 272 с.

Годовой план график распределения учебного материала (1 класс)

№ п/п	Вид программного материала	Кол-во в год	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
		недель	Количество недель в четверть			
	Учебные недели	34	8	8	10	8
		Часов (уроков)	Количество часов (уроков) в четверть			
	Количество часов	102	24	24	30	24
1.	Базовая часть	78				
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока				
1.2	Гимнастика	27		6	9	12
1.3	Подвижные игры	27	9	18		
1.4	Легкая атлетика	30	18			12
1.5	Лыжная подготовка	18			18	
2.	Вариативная часть	24	По 8 часов в каждый раздел			

Годовой план график распределения учебного материала (2 класс)

№ п/п	Вид программного материала	Кол-во в год	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
		недель	Количество недель в четверть			
	Учебные недели	34	9	8	9	8
		Часов (уроков)	Количество часов (уроков) в четверть			
	Количество часов	102	27	24	27	24
1.	Базовая часть	78				
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока				
1.2	Гимнастика	27		6	9	12
1.3	Подвижные игры	27	9	18		
1.4	Легкая атлетика	30	18			12
1.5	Лыжная подготовка	18			18	
2.	Вариативная часть	24	По 8 часов в каждый раздел			

Годовой план график распределения учебного материала (3 класс)

№ п/п	Вид программного материала	Кол-во в год	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
		недель	Количество недель в четверть			
	Учебные недели	34	9	8	9	8
		Часов (уроков)	Количество часов (уроков) в четверть			
	Количество часов	102	27	24	27	24
1.	Базовая часть	78				
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока				
1.2	Гимнастика	27		6	9	12
1.3	Подвижные игры	27	9	18		
1.4	Легкая атлетика	30	18			12
1.5	Лыжная подготовка	18			18	
2.	Вариативная часть	24	По 8 часов в каждый раздел			

Годовой план график распределения учебного материала (4 класс)

№ п/п	Вид программного материала	Кол-во в год	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
		недель	Количество недель в четверть			
	Учебные недели	34	9	8	9	8
		Часов (уроков)	Количество часов (уроков) в четверть			
	Количество часов	102	27	24	27	24
1.	Базовая часть	78				
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока				
1.2	Гимнастика	27		6	9	12
1.3	Подвижные игры	27	9	18		
1.4	Легкая атлетика	30	18			12
1.5	Лыжная подготовка	18			18	
2.	Вариативная часть	24	По 8 часов в каждый раздел			

ПРОВЕДЕНИЕ ЗАЧЕТНО-ТЕСТОВЫХ УРОКОВ

КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ: проверка нормативов проводится в течение учебного года с целью контроля уровня физической подготовленности учащихся на разных этапах обучения.

Нормативы		2 класс			3 класс			4 класс			
		"5"	"4"	"3"	"5"	"4"	"3"	"5"	"4"	"3"	
1	Бег 30 м (сек.)	м	6,0	6,6	7,1	5,7	6,2	6,8	5,4	6,0	6,6
		д	6,3	6,9	7,4	5,8	6,3	7,0	5,5	6,2	6,8
2	Бег 1000 м (мин,сек.) учета времени) ("+" - без	м	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		д	+	+	+	+	+	+	+	+	+
3	Челночный бег 3x10 м (сек.)	м							9,0	9,6	10,5
		д							9,5	10,2	10,8
4	Прыжок в длину с места (см)	м	150	130	115	160	140	125	165	155	145
		д	140	125	110	150	130	120	155	145	135
5	Прыжок в высоту, способом "Перешагивания" (см)	м	80	75	70	85	80	75	90	85	80
		д	70	65	60	75	70	65	80	75	70
6	Прыжки через скакалку (кол-во раз/мин.)	м	70	60	50	80	70	60	90	80	70
		д	80	70	60	90	80	70	100	90	80
7	Отжимания (кол-во раз)	м	10	8	6	13	10	7	16	14	12
		д	8	6	4	10	7	5	14	11	8
8	Подтягивания (кол-во раз)	м	3	2	1	4	3	2	6	4	3
9	Метание т/м (м)	м	15	12	10	18	15	12	21	18	15
		д	12	10	8	15	12	10	18	15	12
10	Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-	д	23	21	19	25	23	21	28	25	23

	во раз/мин)	м	28	26	24	30	28	26	33	30	28
11	Приседания (кол-во раз/мин)	м	40	38	36	42	40	38	44	42	40
		д	38	36	34	40	38	36	42	40	38

ТЕСТОВЫЕ НОРМАТИВЫ: проводятся в начале и в конце учебного года в рамках урока с целью выявления динамики физического развития учащихся и с целью более правильного распределения нагрузки на уроках.

Тематическое планирование. 1 класс

№ П/ П	Наименование разделов, тем	Кол -во час ов	Дата	Характерис тика основных видов деятельност и учащихся	Планируемые результаты (УУД)			Форм а контр оля	СОТ	
					Предметные	Метапредметные	Личностные			
					Обучаем ый научится	Обучаемый получит возможнос ть научиться				
Легкая атлетика — 18 часов										
1	Вводный урок. Правила по технике безопасности	1		Развит ие скорос тных качеств	Применять правила ТБ на уроках легкой атлетики	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге.	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное		

							<p>учителя;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;</p> <p><u>Коммун.</u> задавать вопросы;</p>	<p>представление о качествах хорошего ученика;</p> <p>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий</p>		
2	<p>Ходьба обычная, на носках, на пятках в полу приседе, под счет учителя, коротким, средним и длинным шагом.</p>	2-3		<p>Развитие скоростных качеств</p>	<p>Бегать на короткую дистанцию</p>	<p>правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге.</p>	<p><u>Позн.</u> понимание и принятие цели. Сформулированно й педагогом;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;</p> <p>проявление учебных мотивов;</p>		

							<p>ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;</p> <p><u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; использовать речь для регуляции своего действия;</p>			
3	Ходьба с высоким подниманием бедра, в приседе, с преодолением 2-3 препятствий.	4-5		Развитие скоростных качеств	Бегать на короткую дистанцию	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;</p> <p>проявление учебных мотивов</p>	Закрепление	

							<p>учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>			
4	Бег обычный и с изменением направления по указанию учителя.	6		Развитие скоростных качеств	Ходить под счёт	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге.	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u></p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию		

							формулировать собственное мнение;	занятий		
5	Бег в чередовании с ходьбой до 150 м. С преодолением препятствий.	7-8		Ходьба с высокими подниманием бедра. Развитие скоростных качеств	Ходить под счёт. Бегать на короткую дистанцию с ускорением	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение; допускать возможность существования у людей различных точек зрения; задавать вопросы;</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>		
6	Эстафеты с бегом на скорость	9		Развитие	Бегать на короткую	правильно выполнять	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели,	Ориентация на содержательные	Закреплени	

	«Смена сторон»			скоростных качеств .	дистанцию с ускорением	основные движения в ходьбе и беге;	сформулированные учителем; <u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; адекватно воспринимать словесную оценку учителя;	моменты школьной действительности	е	
7	Ходьба, бег с изменением направления	10		Развитие скоростных качеств .	Бегать на короткую дистанцию с ускорением	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		

							образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
8	Челночный бег 3*10 метров	11- 12		Развит ие скорос тных качеств .	Бегать на короткую дистанцию с ускорением	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированны е учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		
9	Прыжки на одной	13		Развит	правильно	приземлять	<u>Позн.</u>	проявление		

	и на двух ногах на месте с поворотом на 90 градусов.			ие скорос тно- силовы х качеств .	выполнять основные движения в прыжках;	ся на две ноги,на одну.	понимать и принимать цели, сформулированны е учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		
10	Прыжки с продвижением вперед на одной и двух ногах. В длину с места.	14- 15		Развит ие скорос тно- силовы х качеств .	правильно выполнять основные движения в прыжках;	приземлять ся на две ноги, на одну.	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		

							<p>информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>			
11	Игры с прыжками с использованием скакалки.	16		<p>Развитие скоростно-силовых качеств</p>	<p>правильно выполнять основные движения в прыжках;</p>	<p>приземляться на две ноги, на одну.</p>	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; адекватно воспринимать словесную оценку учителя;</p>	<p>Ориентация на содержательные моменты школьной действительности</p>	<p>Закрепление</p>	

12	Равномерный медленный бег до 3 мин. Кросс по слабо пересеченной местности.	17-18		Развитие скоростно-силовых качеств	бег по слабо пересеченной местности.	правильно выполнять основные движения в беге	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	Закрепление	
----	--	-------	--	------------------------------------	--------------------------------------	--	---	---	-------------	--

Подвижные игры- 27 часов

13	Игры «Два мороза» и «Пятнашки»	19-20		Развитие скоростно-силовых качеств	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками,	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы,	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное		
----	--------------------------------	-------	--	------------------------------------	--	--	--	---	--	--

				способностей.		метаниями	используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
14	Игра «Прыгающие воробушки»	21		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		

							<u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности		
15	Эстафета с предметами и мячами	22		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	

							мнение;			
16	Ловля и передача мяча в парах	23-24		Развитие скоростно-силовых способностей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	играть в мини-баскетбол	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
17	Метание мяча в цель с 4-5 метров	25		Развитие скоростно-	владеть мячом: держание, передачи на	играть в мини-баскетбол	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит</p>	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков		

				силовых способностей.	расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;		ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	«школьного» типа урокам «дошкольного» типа		
18	Игры «Мяч водящему», «Мяч в корзину»	26-27		Развитие скоростных способностей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе	играть в мини-баскетбол	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; осуществлять контроль по	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; осуществлять контроль по	Закрепление	

					подвижных игр;		образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение; допускать возможность существования у людей различных точек зрения; задавать вопросы;	образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение; допускать возможность существования у людей различных точек зрения; задавать вопросы;		
19	Комплексы ОРУ, подвижные игры	28		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		

							<p>ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;</p>			
20	ОРУ с предметами, подвижные игры	29		<p>Развитие скоростно-силовых способностей.</p>	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной</p>	<p>Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;</p>		

							деятельности			
21	Эстафета с предметами	30		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
22	Удары и остановка мяча ногами.	31-32		Развитие скоростно-	играть в подвижные игры с бегом, прыжками,	играть в подвижные игры с бегом,	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели,</p>	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков		

				силовых способностей.	метаниями	прыжками, метаниями	сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	«школьного» типа урокам «дошкольного» типа		
23	Игра в «Рыбаки и рыбки»	33		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		

							<u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности		
24	Игра «Кто дальше бросит»	34		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов	

							мнение;			
25	Игра «Выбивалы»	35-36		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
26	Ловля вверх подброшенного мяча над собой.	37			правильно выполнять основные движения в ловля вверх	Ловле мяча подброшенного вверх	<p><u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством</p>	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам		

					подброшенного мяча над собой.		учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	«дошкольного» типа		
27	Эстафета с Мячами	38		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего		

							информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	ученика;		
28	Игра «Школа мяча»	39		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		

							общему решению в совместной деятельности			
29	Подвижные игры с элементами баскетбола	40		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, бросанием мяча	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, бросанием мяча	<p><u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;</p> <p><u>Коммун.</u> задавать вопросы;</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		

30	Ведение мяча на месте, в движении	41-42		Развитие скоростно-силовых способностей.	правильно выполнять основные движения в ведении мяча	правильно выполнять основные движения в ведении мяча	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>		
31	Ловля и передача мяча в кругу	43		Развитие скоростно-силовых	правильно выполнять основные движения в ловле и	ловле и передачи мяча в кругу	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированны</p>	<p>Ориентация на содержательные моменты школьной действительности</p>		

				х способностей.	передачи мяча		е учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
32	Игры «Играй, играй, мяч не теряй», «Попади в обруч»	44-45		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, бросанием мяча	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, бросанием мяча		проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	Закрепление	
Гимнастика- 27 часов										
33	Правила по технике	46		Развитие	выполнять строевые	Выполнять акробатиче	<u>Позн.</u>	проявление особого интереса		

	безопасности.			координационных способностей	команды	ские элементы раздельно и в комбинации	<p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p> <p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять</p>	<p>к новому, собственно школьному содержанию занятий;</p> <p>проявление учебных мотивов;</p>		
--	---------------	--	--	------------------------------	---------	--	---	--	--	--

							<p>учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>			
34	<p>Построение в колонну по одному в шеренгу.</p>	47-48		<p>Развитие координационных способностей</p>	<p>выполнять строевые команды</p>	<p>Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации</p>	<p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;</p> <p>проявление учебных мотивов;</p>		

							<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности			
35	Перестроения по звеньям, по заранее установленным местам	49-50		Выполнение команды «Класс, шагом марш!»	Научиться выполнять строевые упражнения.	Выполнять упражнения в равновесии	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u>	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного»		

				«Класс, стой!».			Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	типа		
36	ОРУ с мячами.	51		Развитие силовых способностей	выполнять строевые команды	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		

							образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
37	Техника переката в группировке	70- 71		Развит ие силовы х способ ностей	выполнять строевые команды	Выполнять акробатиче ские элементы раздельно и в комбинаци и	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированны е учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		
38	Перекаат в	72		Развит	выполнять	Выполнять	<u>Позн.</u> уметь	Ориентация на	Закре	

	группировке			ие силовы х способ ностей	строевые команды	акробатиче ские элементы раздельно и в комбинаци и	использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	плени е	
39	Техника лазания по гимнастической стенке	73		Развит ие силовы х способ ностей	лазать по гимнастическ ой стенке;	Выполнять упражнени я в равновесии	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы,	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию		

							используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	занятий; проявление учебных мотивов;		
40	Лазание по гимнастической стенке	74		Развитие силовых способностей	лазать по гимнастической стенке;	Выполнять упражнения в равновесии	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	Закрепление	

							<p>учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>			
41	Техника лазанья по канату.	75-76		Развитие силовых способностей	лазать по гимнастической стенке, канату;	Выполнять упражнения	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>		

							деятельности			
42	Лазанье по канату	77		Развитие силовых способностей	лазать по гимнастической стенке, канату;	Выполнять упражнения	<p><u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;</p> <p><u>Коммун.</u> задавать вопросы;</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;</p> <p>проявление учебных мотивов;</p>	Закрепление	
43	Перелезание через	78-79		Развитие	лазать по гимнастической	Выполнять упражнения	<p><u>Позн.</u> понимать и</p>	<p>проявление учебных мотивов;</p>		

	гимнастического коня, горку матов, гимнастическую скамейку.			силовых способностей. Перелезание через горку матов	ой стенке, коня.	я	принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		
44	Техника выполнения упражнения «Ласточка»	80-81		Развитие координационных способностей	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		

							учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности			
45	Выполнения упражнения «Ласточка»	82		Развитие координационных способностей	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	Закрепление	

							деятельности			
46	Техника наклона вперед из положения сидя	83		Развитие координационных способностей	Выполнять акробатические элементы, наклон вперед сидя.	акробатический элемент, наклон вперед сидя.	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
47	Наклон вперед из положения сидя, см	84		Развитие координационных	Выполнять акробатические элементы, наклон	акробатический элемент, наклон	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной	зачет	

				ных способностей	вперед сидя.	вперед сидя.	ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
48	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа	85		Развитие силовых способностей.	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа	Выполнять упражнения	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		

						<p>информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>			
49	Подтягивание на высокой (мальч), низкой(девочки) перекладине	86-87		Развитие силовых способностей.	Подтягивание на высокой (мальч), низкой(девочки) перекладине	<p>Выполнять упражнения</p> <p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>	зачет	

							общему решению в совместной деятельности			
50	Силовая подготовка	88		Развитие силовых способностей.	Подтягивание на высокой (мальч), низкой(девочки) перекладине	Выполнять упражнения	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
51	Развитие	89		Развитие	Выполнять акробатическ	Выполнять упражнения	<u>Позн.</u> уметь использовать	Ориентация на содержательные		

	гибкости			координационных способностей	ие элементы	я	наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
52	Эстафета с предметами	90		Развитие скоростно-силовых способностей	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение,	играть в мини-баскетбол	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное		

				ностей	броски в процессе подвижных игр;		собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	представление о качествах хорошего ученика;		
--	--	--	--	--------	----------------------------------	--	---	---	--	--

Лыжная подготовка- 18 часов

53	Правила по технике безопасности	52		Развитие координационных и силовых способностей	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего		
----	---------------------------------	----	--	---	------------------------	------------------------	---	---	--	--

							<p>учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться⁵⁴ и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>ученика;</p>		
54	<p>Подбор лыжного инвентаря.</p> <p>Переноска и надевание лыж.</p>	53-54		<p>Развитие координационных и силовых способностей</p>	<p>Передвигаться на лыжах</p>	<p>Передвигаться на лыжах</p>	<p><u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>		

							сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;			
55	Ступающий шаг с палками и без палок. Передвижение изученным способом до 1 км	55-57		Развитие координационных и силовых способностей	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		

							вопросы;			
56	Скользкий шаг с палками и без. Передвижение изученным способом до 1 км	58-60		Развитие координационных и силовых способностей	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
57	Повороты переступанием в движении. Передвижение на	61-63		Развитие координационных	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит</p>	проявление особого интереса к новому, собственно		

	лыжах.			ных и силовых способностей			<p>ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		
58	Подъемы «лесенкой и «елочкой». Передвижение на лыжах.	64-66		Развитие координационных и силовых способностей	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>		

							<p>учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>			
59	Торможение «плугом» и упором.	67-68		Развитие координационных и силовых способностей	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u></p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;</p> <p>проявление учебных мотивов;</p>		

							формулировать собственное мнение;			
60	Передвижение на лыжах	69		Развит ие коорди национ ных и силовы х способ ностей	Передвигатьс я на лыжах	Передвигат ься на лыжах	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированны е учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		

Легкая атлетика-12 часов

61	Правила по технике безопасности. Легкоатлетические упражнения	91-92		Развитие координационных силовых способностей	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью	бегать с максимальной скоростью	<p><u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;</p> <p><u>Коммун.</u> задавать</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>		
----	---	-------	--	---	--	---------------------------------	---	---	--	--

							вопросы;			
62	Техника метания мяча	93-94		Развитие координационных силовых способностей	правильно выполнять основные движения в метании;	метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений ; метать в цель; метать набивной мяч из различных положений	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;</p> <p>проявление учебных мотивов;</p>		
63	Метание мяча на	95		Развитие координации	правильно	метать различные	<u>Позн.</u> уметь использовать	проявление	зачет	

	дальность			онных силовых способностей	выполнять основные движения в метании на дальность	предметы и мячи на дальность с места, из различных положений; метать в цель; метать набивной мяч из различных положений	наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		
64	Бег с ускорением от 10 до 15 метров.	96-97		Развитие координационных силовых способностей	правильно выполнять основные движения	бегать с максимальной скоростью	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного»		

					я в ходьбе и беге; бегать с максима льной скорость ю		<u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	типа		
65	Бег с ускорением до 30 метров.	98- 99		Развитие скоростно- силовых способност ей	Бегать на коротку ю дистанц ию с ускорени ем	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированны е учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	зачет	

							<u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности		
66	Эстафета с предметами	100		Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	

67	Равномерный бег до 6 минут	101		Развитие скоростно-силовых способностей	Бегать на длинную дистанцию	Выполнить упражнение	<p><u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;</p> <p><u>Коммун.</u> задавать вопросы;</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>	зачет	
68	Подвижные игры и эстафеты.	101 - 102		Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры	играть в подвижные игры с бегом,	<p><u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков</p>		

				ей		прыжками, метаниями	<p>деятельность под руководством учителя;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;</p> <p><u>Коммун.</u> задавать вопросы;</p>	«школьного» типа урокам «дошкольного» типа		
--	--	--	--	----	--	------------------------	--	--	--	--

Тематическое планирование. 2 класс.

№ П/ П	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Дата	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Планируемые результаты (УУД)			Форма контроля	СОТ
					Предметные	Метапредметные	Личностные		
					Предметные	Метапредметные	Личностные		

					Обучаемый научится	Обучаемый получит возможность научиться				
Легкая атлетика — 18 часов										
1	Вводный урок. Правила по технике безопасности	1		Развитие скоростных качеств	Применять правила ТБ на уроках легкой атлетики	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге.	<p><u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; проявление особого интереса к новому, собственно школьному		

							материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	содержанию занятий		
2	Техника высокого старта на дистанции 30 м.	2-3		Развитие скоростных качеств	Бегать на короткую дистанцию	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге.	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. Сформулированной педагогом; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		

							в совместной деятельности; использовать речь для регуляции своего действия;			
3	Техника бега 30 метров с высокого старта	4-5		Развитие скоростных качеств	Бегать на короткую дистанцию	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге	<p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;</p> <p>проявление учебных мотивов</p>		

4	Бег 30 метров с высокого старта	6		Развитие скоростных качеств	Бегать на короткую дистанцию	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге.	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий	зачет	
5	Техника бега на 60 метров с высокого старта	7-8		Ходьба с высоким подниманием бедра.	Ходить под счёт. Бегать на короткую дистанцию с	правильно выполнять основные движения в	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p>	проявление учебных мотивов; предпочтение		

				Развитие скоростных качеств.	ускорением	ходьбе и беге	<p><u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение; допускать возможность существования у людей различных точек зрения; задавать вопросы;</p>	уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		
6	Бег на 60 метров с высокого старта	9		Развитие скоростных качеств.	Бегать на короткую дистанцию с ускорением	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге;	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности	зачет	

							задачу; адекватно воспринимать словесную оценку учителя;			
7	Ходьба, бег с изменением направления	10		Развитие скоростных качеств.	Бегать на короткую дистанцию с ускорением	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>		

							мнение;			
8	Челночный бег 3*10 метров	11- 12		Развитие скоростных качеств.	Бегать на короткую дистанцию с ускорением	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированн ые учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	зачет	
9	Техника прыжка в длину с места	13		Развитие скоростно- силовых качеств.	правильно выполнять основные движения в прыжках;	приземлять ся на две ноги.	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированн ые учителем;	проявление особого интереса к новому, собственно школьному		

							<u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		
10	Прыжки с продвижением вперед на одной и двух ногах. В длину с места.	14-15	Развитие скоростно-силовых качеств.	правильно выполнять основные движения в прыжках;	приземляться на две ноги, на одну.	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу;	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	зачет		

							осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
11	Бег на средние дистанции до 500 метров	16		Развитие скоростно-силовых качеств.	бег по слабо пересеченной местности.	правильно выполнять основные движения в беге	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; адекватно воспринимать словесную оценку учителя;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности	Закрепление	
12	Бег на средние дистанции до 500 метров	17-18		Развитие скоростно-силовых качеств.	бег по слабо пересеченной местности.	правильно выполнять основные движения в	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные	проявление особого интереса к новому,	зачет	

						беге	<p>ые учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>собственно школьному содержанию занятий;</p> <p>проявление учебных мотивов;</p>		
Подвижные игры- 27 часов										
13	Правила игры в пионербол	19-20		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, бросанием мяча.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками.	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную</p>	<p>Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего</p>		

							информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	ученика;		
14	Расположение игроков при игре в пионербол	21	Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, бросанием мяча.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками.	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	зачет		

							общему решению в совместной деятельности			
15	Эстафета с предметами. Броски и ловля мяча	22		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;</p> <p>проявление учебных мотивов;</p>		

16	Броски и ловля мяча в парах и в тройках	23-24		Развитие скоростно-силовых способностей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля.	играть в пионербол	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет	
17	Метание мяча в цель с 4-5 метров	25		Развитие скоростно-силовых способностей	владеть мячом: держание, передачи на	играть в пионербол	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит</p>	проявление учебных мотивов; предпочтение		

				ей.	расстояние, ловля.		ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		
18	Подача мяча через сетку	26- 27		Развитие скоростно- силовых способност ей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля.	играть в пионербол	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированн ые учителем; <u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; осуществлять	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулирован ные учителем; <u>Регул.</u> принимать и сохранять	зачет	

							<p>контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p> <p>допускать возможность существования у людей различных точек зрения;</p> <p>задавать вопросы;</p>	<p>учебную задачу;</p> <p>осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p> <p>допускать возможность существования у людей различных точек зрения;</p> <p>задавать вопросы;</p>		
19	Комплексы ОРУ, подвижные игры	28		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<p><u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p>	<p>проявление учебных мотивов;</p> <p>предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного»</p>		

							<u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	типа		
20	ОРУ с предметами, подвижные игры	29		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		

							<u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности			
21	Эстафета с предметами	30		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет	

							собственное мнение;			
22	Техника нападения в пионерболе	31- 32		Развитие скоростно- силовых способност ей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля	играть в пионербол	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированн ые учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		
23	Нападение в пионерболе	33		Развитие скоростно- силовых способност	владеть мячом: держание, передачи на расстояние,	играть пионербол	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированн	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков	зачет	

				ей.	ловля		<p>ые учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	«школьного» типа урокам «дошкольного» типа		
24	Результаты игры	34		Развитие скоростно-силовых способностей ей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля	играть пионербол	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать</p>	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов		

						учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
25	Контрольная игра в пионербол	35-36	Развитие скоростно-силовых способностей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля	играть пионербол	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет	

							деятельности			
26	Игра «Перестрелка»	37		Развитие скоростно-силовых способностей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля	Ловле меча «Перестрелка»	<p><u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;</p> <p><u>Коммун.</u> задавать вопросы;</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>		
27	Эстафета с предметами	38		Развитие скоростно-	играть в подвижные	играть в подвижные	<u>Позн.</u> уметь использовать	Ориентация на содержательны		

				силовых способностей.	игры с бегом, прыжками, метаниями	игры с бегом, прыжками, метаниями	наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	е моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
28	Игра в пионербол	39		Развитие скоростно-силовых способностей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля	играть в пионербол	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного»	зачет	

							<u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	типа урокам «дошкольного» типа		
29	Подвижные игры с элементами баскетбола	40	Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, бросанием мяча	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, бросанием мяча	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;			

							ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;			
30	Ведение мяча на месте, в движении	41-42	Развитие скоростно-силовых способностей.	правильно выполнять основные движения в ведении мяча	правильно выполнять основные движения в ведении мяча	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	зачет		

							<u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
31	Ловля и передача мяча в кругу	43		Развитие скоростно-силовых способностей.	правильно выполнять основные движения в ловле и передачи мяча	ловле и передачи мяча в кругу	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
32	Броски в кольцо	44-45		Развитие скоростно-силовых	играть в подвижные игры с бегом,	играть в подвижные игры с		проявление учебных мотивов;	зачет	

				способность ей.	прыжками, бросанием меча	бегом, прыжками, бросанием меча		предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		
Гимнастика- 27 часов										
33	Правила по технике безопасности.	46		Развитие координационных способностей	выполнять строевые команды	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		

						<p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>			
34	Акробатические упражнения. Эстафета.	47	Развитие координационных способностей	выполнять строевые команды	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p>	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;		

						и	Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности <u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированн ые учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению	проявление учебных мотивов;		
--	--	--	--	--	--	---	--	-----------------------------------	--	--

							в совместной деятельности			
35	Виды акробатических упражнений.	48		Выполнение команды «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!».	Научиться выполнять акробатические упражнения	Выполнять упражнения в равновесии	<p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		
36	Строевые упражнения	49		Выполнение команды «Класс, шагом марш!»,	выполнять строевые команды	Выполнять акробатические элементы отдельно	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на</p>	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков		

				«Класс, стой!».		и в комбинации и	вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	«школьного» типа урокам «дошкольного» типа		
37	Строевые приемы	50-51		Развитие силовых способностей ей	выполнять строевые команды	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации и	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять	проявление особого интереса к новому, собственному школьному содержанию занятий; проявление	зачет	

							учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	учебных мотивов;		
38	Техника кувырка вперед	70		Развитие силовых способностей	выполнять строевые команды	Выполнять акробатиче ские элементы раздельно и в комбинации	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		

							<u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
39	Лазанье по канату. Стойка на лопатках	71		Развитие силовых способностей	лазать по гимнастической стенке; Лазанье по канату.	Выполнять упражнения в равновесии	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		

40	Кувырок вперед	72		Развитие силовых способностей	лазать по гимнастической стенке;	Выполнять упражнения в равновесии	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;</p>	зачет	
41	Техника лазанья по канату, Ласточка	73		Развитие силовых способностей	лазать по гимнастической стенке, канату;	Выполнять упражнения	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированн</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение</p>		

							<p>ые учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>		
42	Лазанье по канату	74		Развитие силовых способностей	лазать по гимнастической стенке, канату;	Выполнять упражнения	<p><u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;</p>	зачет	

							учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;			
43	Стойка на лопатках, Ласточка	75		Развитие силовых способностей.	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Выполнять упражнения	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	зачет	

							деятельности			
44	Комбинация из 3 акробатических упражнений	76-77		Развитие координационных способностей	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;</p> <p>проявление учебных мотивов;</p>		
45	Комбинация из 3 акробатических упражнений	78		Развитие координационных способностей	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Выполнять акробатические элементы отдельно и в	<p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственно школьному</p>	зачет	

						комбинации	<u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		
46	Опорный прыжок	79	Развитие координационно-силовых способностей	Правильно выполнять опорный прыжок	Выполнять опорный прыжок	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;			

							<p>осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>			
47	Техника прыжка через скакалку	80-81		Развитие координационных способностей	Выполнять прыжки через скакалку.	Выполнять прыжки через скакалку	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u></p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет	

							формулировать собственное мнение;			
48	Техника наклона вперед из положения сидя, сгибание, разгибание рук в упоре лежа	82		Развитие силовых способностей ей.	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа	Выполнять упражнения	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		

49	Наклон вперед из положения сидя, см	83		Развитие силовых способностей.	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа	Выполнять упражнения	<p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	зачет	
50	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа	84		Развитие силовых способностей.	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа	Выполнять упражнения	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление	зачет	

						<p>опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	о качествах хорошего ученика;		
51	Двигательные способности	85	Развитие силовых способностей.	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа	Выполнять упражнения	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		

						учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
52	Подтягивание на высокой (мальч), низкой(девочки) перекладине	86- 87		Развитие силовых способност ей.	Подтягивани е на высокой (мальч), низкой(девоч ки) перекладине	Выполнять упражнени я	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Рег</u> <u>ул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать	Ориентация на содержательны е моменты школьной действительнос ти и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет

							собственное мнение;			
	Силовая подготовка	88		Развитие силовых способностей.	Подтягивание на высокой (мальч), низкой(девочки) перекладине	Выполнять упражнения	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах		

						<p>различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	хорошего ученика;		
Развитие гибкости	89		Развитие координационных способностей	выполнять строевые команды	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u> Договариваться и</p>	проявление особого интереса к новому, собственному школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		

							<p>приходить к общему решению в совместной деятельности <u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>			
	Эстафета с предметами	90		Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры с бегом, прыжками,	играть в подвижные игры с бегом,	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели,	Ориентация на содержательные моменты школьной		

				ей	метаниями	прыжками, метаниями	сформулированн ые учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	действительнос ти и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
--	--	--	--	----	-----------	------------------------	--	---	--	--

Лыжная подготовка- 18 часов

53	Правила по технике безопасности	52		Развитие координац ионных и силовых способност ей	Передвигатьс я на лыжах	Передвигат ься на лыжах	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированн ые учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять	Ориентация на содержательны е моменты школьной действительнос ти и адекватное осознанное представление о качествах хорошего		
----	---------------------------------------	----	--	--	----------------------------	-------------------------------	--	--	--	--

						учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться ⁵⁴ я и приходить к общему решению в совместной деятельности	ученика;		
54	Подбор лыжного инвентаря. Переноска и надевание лыж.	53	Развитие координационных и силовых способностей	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		

							сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;			
55	Передвижение скользящим шагом	54	Развитие координационных и силовых способностей	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<p><u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;</p> <p><u>Коммун.</u> задавать</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;</p> <p>проявление учебных мотивов;</p>			

							вопросы;			
56	Попеременный двухшажный ход. Передвижение на лыжах	55-57		Развитие координационных и силовых способностей	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет	
57	Спуски с пологих склонов.	58-60		Развитие координационных и	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные</p>	проявление особого интереса к	зачет	

				СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТ ЕЙ		лыжах	<p>модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		
58	Подъемы «лесенкой и «елочкой». Передвижение на лыжах.	61- 63		Развитие координац ионных и силовых способност ей	Передвигатьс я на лыжах	Передвигат ься на лыжах	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированн ые учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p>	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам	зачет	

							<p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	«дошкольного» типа		
59	Торможение «плугом» и упором.	64-66	Развитие координационных и силовых способностей	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;</p> <p>проявление учебных мотивов;</p>	зачет		

							образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
60	Передвижение на лыжах. Повороты переступанием в движении.	67-69		Развитие координационных и силовых способностей	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет	

Легкая атлетика-12 часов

61	Правила по технике безопасности. Легкоатлетические упражнения	91		Развитие координационных способностей	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью	бегать с максимальной скоростью	<p><u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;</p> <p><u>Коммун.</u> задавать вопросы;</p>	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		
62	Бег на выносливость в	92-93		Развитие координационных	правильно	выполнять основные	<u>Позн.</u> уметь использовать	проявление особого		

	сочетании с ходьбой			ых силовых способностей	выполнять основные движения	движения	наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		
63	Метание мяча на дальность	94		Развитие координационных силовых способностей	правильно выполнять основные	метать различные предметы и мячи на дальность с места, из	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы,	проявление особого интереса к новому, собственно школьному	зачет	

					движения в метании на дальность	различных положений ; метать в цель; метать набивной мяч из различных положений	используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		
64	Техника метания мяча	95-96		Развитие координационных силовых способностей	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге;	бегать с максимальной скоростью	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу;	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	зачет	

					бегать с максимальной скоростью		учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;			
65	Эстафета с предметами	97	Развитие скоростно-силовых способностей	Бегать на короткую дистанцию с ускорением	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	зачет		

							общему решению в совместной деятельности			
66	6 минутный бег Эстафета с предметами	98-99		Развитие скоростно-силовых способностей	Бегать на длинную дистанцию	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет	
67	Подвижные игры и эстафеты.	100		Развитие скоростно-силовых	играть в подвижн	Выполнить упражнения	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую	проявление учебных мотивов; предпочтение	зачет	

				способностей	ые игры		<p>деятельность под руководством учителя;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;</p> <p><u>Коммун.</u> задавать вопросы;</p>	уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		
68	Игры по выбору детей.	101 - 102		Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<p><u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного»</p>		

							<u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	типа		
--	--	--	--	--	--	--	---	------	--	--

Тематическое планирование. 3 класс.

№ П/ П	Наименование разделов, тем	Кол -во час ов	Дата	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Планируемые результаты (УУД)			Форм а контр оля	СОТ
					Предметные	Метапредметные	Личностные		
					Обучаем ый	Обучаемый получит			

					научится	возможность научиться				
Легкая атлетика — 18 часов										
1	Вводный урок. Правила по технике безопасности	1		Развитие скоростных качеств	Применять правила ТБ на уроках легкой атлетики	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге.	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию		

							учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	занятий		
2	Техника высокого старта на дистанции 30 м.	2-3		Развитие скоростных качеств	Бегать на короткую дистанцию	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге.	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. Сформулированной педагогом; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		

							использовать речь для регуляции своего действия;			
3	Техника бега 30 метров с высокого старта	4-5		Развитие скоростных качеств	Бегать на короткую дистанцию	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов		
4	Бег 30 метров с высокого старта	6		Развитие скоростных	Бегать на короткую	правильно выполнять основные	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные	Ориентация на содержательные моменты	зачет	

				качеств	дистанцию	движения в ходьбе и беге.	<p>модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	<p>школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;</p> <p>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий</p>		
5	Техника бега на 60 метров с высокого старта	7-8		Ходьба с высоким подниманием бедра. Развитие скоростных качеств.	Ходить под счёт. Бегать на короткую дистанцию с ускорением	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу;</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам</p>		

							<p>осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение; допускать возможность существования у людей различных точек зрения; задавать вопросы;</p>	«дошкольного» типа		
6	Бег на 60 метров с высокого старта	9		Развитие скоростных качеств.	Бегать на короткую дистанцию с ускорением	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге;	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; адекватно воспринимать словесную</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности	зачет	

							оценку учителя;			
7	Ходьба, бег с изменением направления	10		Развитие скоростных качеств.	Бегать на короткую дистанцию с ускорением	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>		
8	Челночный бег	11-		Развитие	Бегать на	правильно	<u>Позн.</u>	проявление	зачет	

	3*10 метров	12		скоростных качеств.	короткую дистанцию с ускорением	выполнять основные движения в ходьбе и беге	<p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		
9	Техника прыжка в длину с места	13		Развитие скоростно-силовых качеств.	правильно выполнять основные движения в прыжках;	приземляться на две ноги.	<p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять</p>	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление		

							учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	учебных мотивов;		
10	Прыжки с продвижением вперед на одной и двух ногах. В длину с места.	14- 15	Развитие скоростно- силовых качеств.	правильно выполнять основные движения в прыжках;	приземлять ся на две ноги, на одну.	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	зачет		

							<u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
11	Бег на средние дистанции до 500 метров	16		Развитие скоростно- силовых качеств.	бег по слабо пересеченно й местности.	правильно выполнять основные движения в беге	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированн ые учителем; <u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; адекватно воспринимать словесную оценку учителя;	Ориентация на содержательны е моменты школьной действительнос ти	Закре плени е	
12	Бег на средние дистанции до 500 метров	17- 18		Развитие скоростно- силовых качеств.	бег по слабо пересеченно й местности.	правильно выполнять основные движения в беге	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированн ые учителем; <u>Регул.</u>	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;	зачет	

							Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	проявление учебных мотивов;		
Подвижные игры- 27 часов										
13	Правила игры в пионербол	19-20		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, бросанием мяча.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками.	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		

							<p>осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>			
14	Расположение игроков при игре в пионербол	21		<p>Развитие скоростно-силовых способностей.</p>	<p>играть в подвижные игры с бегом, прыжками, бросанием мяча.</p>	<p>играть в подвижные игры с бегом, прыжками.</p>	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>	зачет	

15	Эстафета с предметами. Броски и ловля мяча	22		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		
16	Броски и ловля мяча в парах и в тройках	23-24		Развитие скоростно-силовых способностей	владеть мячом: держание, передачи на	играть в пионербол	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит	Ориентация на содержательные моменты школьной	зачет	

				ей.	расстояние, ловля.		<p>ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	<p>действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;</p>		
17	Метание мяча в цель с 4-5 метров	25		Развитие скоростно-силовых способностей ей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля.	играть в пионербол	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного»</p>		

						<p>опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	типа		
18	Подача мяча через сетку	26-27	Развитие скоростно-силовых способностей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля.	играть в пионербол	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u></p>	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; осуществлять контроль по</p>	зачет	

						<p>формулировать собственное мнение; допускать возможность существования у людей различных точек зрения; задавать вопросы;</p>	<p>образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение; допускать возможность существования у людей различных точек зрения; задавать вопросы;</p>		
19	Комплексы ОРУ, подвижные игры	28	Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<p><u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>		

							выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;			
20	ОРУ с предметами, подвижные игры	29		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		

							в совместной деятельности			
21	Эстафета с предметами	30		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет	
22	Техника нападения в	31-		Развитие скоростно-	владеть мячом:	играть в	<u>Позн.</u>	проявление учебных		

	пионерболе	32		силовых способностей.	держания, передачи на расстояние, ловля	пионербол	<p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>мотивов;</p> <p>предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>		
23	Нападение в пионерболе	33		Развитие скоростно-силовых способностей.	владеть мячом: держания, передачи на расстояние, ловля	играть пионербол	<p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять</p>	<p>проявление учебных мотивов;</p> <p>предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>	зачет	

							учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности			
24	Результаты игры	34	Развитие скоростно-силовых способностей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля	играть пионербол	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов			

							<u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
25	Контрольная игра в пионербол	35- 36		Развитие скоростно- силовых способност ей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля	играть пионербол	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированн ые учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Ориентация на содержательны е моменты школьной действительнос ти и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет	
26	Игра «Перестрелка»	37		Развитие скоростно- силовых	владеть мячом: держание,	Ловле меча	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в	проявление учебных мотивов;		

				способность ей.	передачи на расстояние, ловля	«Перестрелка»	творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		
27	Эстафета с предметами	38		Развитие скоростно-силовых способностей ей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное		

							<p>собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	<p>представление о качествах хорошего ученика;</p>		
28	Игра в пионербол	39	Развитие скоростно-силовых способностей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля	играть в пионербол	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>	зачет		

							<u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности			
29	Подвижные игры с элементами баскетбола	40		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, бросанием мяча	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, бросанием мяча	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		

							учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;			
30	Ведение мяча на месте, в движении	41-42		Развитие скоростно-силовых способностей.	правильно выполнять основные движения в ведении мяча	правильно выполнять основные движения в ведении мяча	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	зачет	

31	Ловля и передача мяча в кругу	43		Развитие скоростно-силовых способностей.	правильно выполнять основные движения в ловле и передачи мяча	ловле и передачи мяча в кругу	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
32	Броски в кольцо	44-45		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, бросанием мяча	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, бросанием мяча		проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного»	зачет	

								типа		
Гимнастика- 27 часов										
33	Правила по технике безопасности.	46		Развитие координационных способностей	выполнять строевые команды	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности <u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные	проявление особого интереса к новому, собственному школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		

							<p>ые учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>			
34	Акробатические упражнения. Эстафета.	47		Развитие координационных способностей	выполнять строевые команды	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственному содержанию занятий;</p> <p>проявление учебных мотивов;</p>		

						<u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности <u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированн ые учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности				
35	Виды	48		Выполнени	Научиться	Выполнять	<u>Позн.</u>	проявление		

	акробатических упражнений.			е команды «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!».	выполнять акробатические упражнения	упражнения в равновесии	понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		
36	Строевые упражнения	49		Выполнение команды «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!».	выполнять строевые команды	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		

						<p>различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>			
37	Строевые приемы	50-51	Развитие силовых способностей	выполнять строевые команды	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u> Договариваться и</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственному школьному содержанию занятий;</p> <p>проявление учебных мотивов;</p>	зачет	

							приходить к общему решению в совместной деятельности			
38	Техника кувырка вперед	70		Развитие силовых способностей	выполнять строевые команды	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		

39	Лазанье по канату. Стойка на лопатках	71		Развитие силовых способностей	лазать по гимнастической стенке; Лазанье по канату.	Выполнять упражнения в равновесии	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		
40	Кувырок вперед	72		Развитие силовых способностей	лазать по гимнастической стенке;	Выполнять упражнения в равновесии	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит	проявление особого интереса к новому,	зачет	

						<p>ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	<p>собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;</p>		
41	Техника лазанья по канату, Ласточка	73	Развитие силовых способностей	лазать по гимнастической стенке, канату;	Выполнять упражнения	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного»</p>		

						сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	типа		
42	Лазанье по канату	74	Развитие силовых способностей	лазать по гимнастической стенке, канату;	Выполнять упражнения	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	зачет	

							материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;			
43	Стойка на лопатках, Ласточка	75		Развитие силовых способностей.	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Выполнять упражнения	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	зачет	
44	Комбинация из 3 акробатических	76-		Развитие координац	Выполнять акробатическ	Выполнять акробатиче	<u>Позн.</u>	проявление особого		

	упражнений	77		ионных способностей	ие элементы отдельно и в комбинации.	ские элементы отдельно и в комбинации	<p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		
45	Комбинация из 3 акробатических упражнений	78		Развитие координационных способностей	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять</p>	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление	зачет	

							учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	учебных мотивов;		
46	Опорный прыжок	79	Развитие координационно-силовых способностей	Правильно выполнять опорный прыжок	Выполнять опорный прыжок	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;			

							<u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
47	Техника прыжка через скакалку	80- 81		Развитие координац ионных способност ей	Выполнять прыжки через скакалку.	Выполнять прыжки через скакалку	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	Ориентация на содержательны е моменты школьной действительнос ти и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет	

48	Техника наклона вперед из положения сидя, сгибание, разгибание рук в упоре лежа	82		Развитие силовых способностей ей.	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа	Выполнять упражнения	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		
49	Наклон вперед из положения сидя, см	83		Развитие силовых способностей ей.	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа	Выполнять упражнения	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированн</p>	проявление учебных мотивов; предпочтение	зачет	

						<p>ые учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>		
50	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа	84	Развитие силовых способностей.	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа	Выполнять упражнения	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать</p>	<p>Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;</p>	зачет	

						<p>учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>			
51	Двигательные способности	85	Развитие силовых способностей.	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа	Выполнять упражнения	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		

							<u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
52	Подтягивание на высокой (мальч), низкой(девочки) перекладине	86- 87		Развитие силовых способност ей.	Подтягивани е на высокой (мальч), низкой(девоч ки) перекладине	Выполнять упражнени я	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Рег</u> <u>ул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	Ориентация на содержательны е моменты школьной действительнос ти и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет	
	Силовая	88		Развитие силовых	Подтягивани е на высокой	Выполнять упражнени	<u>Позн.</u> уметь использовать	Ориентация на содержательны		

	подготовка			способность ей.	(мальч), низкой(девочки) перекладине	я	наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	е моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
	Развитие гибкости	89		Развитие координационных способностей ей	выполнять строевые команды	Выполнять акробатические элементы отдельно и в	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;	проявление особого интереса к новому, собственному школьному		

						<p>комбинаци и</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p> <p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированн ые учителем;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к</p>	<p>содержанию занятий; проявление учебных мотивов;</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

							общему решению в совместной деятельности			
	Эстафета с предметами	90		Развитие скоростно- силовых способностей	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
Лыжная подготовка- 18 часов										
53	Правила по технике	52		Развитие координации	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на	<u>Позн.</u> понимать и	Ориентация на содержательные		

	безопасности			ионных и силовых способностей		лыжах	принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться ⁵⁴ и приходить к общему решению в совместной деятельности	е моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
54	Подбор лыжного инвентаря. Переноска и надевание лыж.	53		Развитие координационных и силовых способностей	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу;	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		

							учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;			
55	Передвижение скользящим шагом	54	Развитие координационных и силовых способностей	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;			

							действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;			
56	Попеременный двухшажный ход. Передвижение на лыжах	55-57	Развитие координационных и силовых способностей	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u></p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет		

							формулировать собственное мнение;			
57	Спуски с пологих склонов.	58-60		Развитие координационных и силовых способностей	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;</p> <p>проявление учебных мотивов;</p>	зачет	

58	Подъемы «лесенкой и «елочкой». Передвижение на лыжах.	61-63		Развитие координационных и силовых способностей	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	зачет	
59	Торможение «плугом» и упором.	64-66		Развитие координационных и силовых способностей	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный</p>	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;	зачет	

						<p>опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	<p>проявление учебных мотивов;</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

60	Передвижение на лыжах. Повороты переступанием в движении.	67-69		Развитие координационных и силовых способностей	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет	
----	---	-------	--	---	------------------------	------------------------	---	--	-------	--

Легкая атлетика-12 часов

61	Правила по технике безопасности. Легкоатлетически	91		Развитие координационных силовых способностей	правильно выполнять	бегать с максимальной скоростью	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую	проявление учебных мотивов; предпочтение		
----	---	----	--	---	---------------------	---------------------------------	---	--	--	--

	е упражнения				основны е движени я в ходьбе и беге; бегать с максима льной скорость ю		деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		
62	Бег на выносливость в сочетании с ходьбой	92- 93		Развитие координационн ых силовых способностей	правиль но выполня ть основны е движени	выполнять основные движения	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;		

					я		<p>опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	<p>проявление учебных мотивов;</p>		
63	Метание мяча на дальность	94	Развитие координационных силовых способностей	правильно выполнять основные движения в метании на дальность	метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений; метать в цель; метать набивной	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;</p>	зачет		

						мяч из различных положений	учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
64	Техника метания мяча	95-96	Развитие координационных силовых способностей	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью	бегать с максимальной скоростью	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	зачет		

							материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;			
65	Эстафета с предметами	97		Развитие скоростно-силовых способностей	Бегать на короткую дистанцию с ускорением	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	зачет	
66	6 минутный бег	98-		Развитие скоростно-	Бегать на	играть в подвижные	<u>Позн.</u>	Ориентация на содержательны	зачет	

	Эстафета с предметами	99		силовых способностей	длинную дистанцию	игры с бегом, прыжками, метаниями	<p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	е моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
67	Подвижные игры и эстафеты.	100		Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры	Выполнить упражнение	<p><u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>	зачет	

							учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;			
68	Игры по выбору детей.	101 - 102		Развитие скоростно- силовых способностей	играть в подвижн ые игры	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		

							ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;			
--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--

Тематическое планирование. 4 класс.

№ П/ П	Наименование разделов, тем	Кол -во час ов	Дата	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Планируемые результаты (УУД)			Форм а контр оля	СОТ
					Предметные	Метапредметные	Личностные		
					Обучаем ый научится	Обучаемый получит возможнос ть научиться			

Легкая атлетика — 18 часов

1	Вводный урок. Правила по технике безопасности	1		Развитие скоростных качеств	Применять правила ТБ на уроках легкой атлетики	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге.	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий		
2	Техника высокого старта на	2-3		Развитие скоростных	Бегать на короткую	правильно выполнять	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели.	проявление особого		

	дистанции 30 м.			качеств	дистанцию	основные движения в ходьбе и беге.	Сформулированн ой педагогом; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; использовать речь для регуляции своего действия;	интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		
--	-----------------	--	--	---------	-----------	------------------------------------	---	---	--	--

3	Техника бега 30 метров с высокого старта	4-5		Развитие скоростных качеств	Бегать на короткую дистанцию	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов		
4	Бег 30 метров с высокого старта	6		Развитие скоростных качеств	Бегать на короткую дистанцию	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге.	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление	зачет	

						<p>опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	<p>о качествах хорошего ученика; проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий</p>		
5	Техника бега на 60 метров с высокого старта	7-8	Ходьба с высоким подниманием бедра. Развитие скоростных качеств.	Ходить под счёт. Бегать на короткую дистанцию с ускорением	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u></p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>		

							<p>формулировать собственное мнение;</p> <p>допускать возможность существования у людей различных точек зрения;</p> <p>задавать вопросы;</p>			
6	Бег на 60 метров с высокого старта	9		Развитие скоростных качеств.	Бегать на короткую дистанцию с ускорением	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге;	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; адекватно воспринимать словесную оценку учителя;</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности	зачет	
7	Ходьба, бег с изменением	10		Развитие скоростных	Бегать на короткую	правильно выполнять	<u>Позн.</u> уметь использовать	проявление учебных		

	направления			качеств.	дистанцию с ускорением	основные движения в ходьбе и беге	наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		
8	Челночный бег 3*10 метров	11-12		Развитие скоростных качеств.	Бегать на короткую дистанцию с ускорением	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;	проявление особого интереса к новому, собственно школьному	зачет	

							<u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу	содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		
							<u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности			
9	Техника прыжка в длину с места	13	Развитие скоростно-силовых качеств.	правильно выполнять основные движения в прыжках;	приземляться на две ноги.	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;	<u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		
						<u>Коммун.</u> Договариваться и				

							приходить к общему решению в совместной деятельности			
10	Прыжки с продвижением вперед на одной и двух ногах. В длину с места.	14- 15		Развитие скоростно- силовых качеств.	правильно выполнять основные движения в прыжках;	приземлять ся на две ноги, на одну.	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	зачет	

11	Бег на средние дистанции до 500 метров	16		Развитие скоростно-силовых качеств.	бег по слабо пересеченной местности.	правильно выполнять основные движения в беге	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; адекватно воспринимать словесную оценку учителя;</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности	Закрепление	
12	Бег на средние дистанции до 500 метров	17-18		Развитие скоростно-силовых качеств.	бег по слабо пересеченной местности.	правильно выполнять основные движения в беге	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p>	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	зачет	

							Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности			
Подвижные игры- 27 часов										
13	Правила игры в пионербол	19-20		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, бросанием мяча.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками.	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		

							собственное мнение;			
14	Расположение игроков при игре в пионербол	21		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, бросанием мяча.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками.	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	зачет	
15	Эстафета с предметами. Броски и ловля мяча	22		Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры с бегом, прыжками,	играть в подвижные игры с бегом, прыжками,	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на	проявление особого интереса к новому, собственно		

				ей.	метаниями	метаниями	вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		
16	Броски и ловля мяча в парах и в тройках	23-24		Развитие скоростно-силовых способностей ей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля.	играть в пионербол	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах	зачет	

							<p>различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	хорошего ученика;		
17	Метание мяча в цель с 4-5 метров	25	Развитие скоростно-силовых способностей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля.	играть в пионербол	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу;</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>			

							осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
18	Подача мяча через сетку	26-27	Развитие скоростно-силовых способностей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля.	играть в пионербол	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение; допускать возможность существования у	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	зачет		

							людей различных точек зрения; задавать вопросы;	допускать возможность существования у людей различных точек зрения; задавать вопросы;		
19	Комплексы ОРУ, подвижные игры	28		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		
							<u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в			

							сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;			
20	ОРУ с предметами, подвижные игры	29		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
21	Эстафета с предметами	30		Развитие скоростно-силовых	играть в подвижные игры с бегом,	играть в подвижные игры с	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные	Ориентация на содержательные моменты	зачет	

				способностей.	прыжками, метаниями	бегом, прыжками, метаниями	<p>модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
22	Техника нападения в пионерболе	31-32		Развитие скоростно-силовых способностей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля	играть в пионербол	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам</p>		

						<p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	«дошкольного» типа		
23	Нападение в пионерболе	33	Развитие скоростно-силовых способностей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля	играть пионербол	<p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению</p>	<p>проявление учебных мотивов;</p> <p>предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>	зачет	

							в совместной деятельности			
24	Результаты игры	34		Развитие скоростно-силовых способностей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля	играть пионербол	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов		
25	Контрольная игра	35-		Развитие скоростно-	владеть мячом:	играть	<u>Позн.</u>	Ориентация на содержательны	зачет	

	в пионербол	36		силовых способностей.	держание, передачи на расстояние, ловля	пионербол	<p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	е моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
26	Игра «Перестрелка»	37		Развитие скоростно-силовых способностей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля	Ловле меча «Перестрелка»	<p><u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>		

							учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;			
27	Эстафета с предметами	38		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		

							осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
28	Игра в пионербол	39	Развитие скоростно-силовых способностей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля	играть в пионербол	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	зачет		

29	Подвижные игры с элементами баскетбола	40		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, бросанием мяча	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, бросанием мяча	<p><u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;</p> <p><u>Коммун.</u> задавать вопросы;</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
30	Ведение мяча на месте, в движении	41-42		Развитие скоростно-силовых способностей	правильно выполнять основные движения в	правильно выполнять основные движения в	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит</p>	проявление учебных мотивов; предпочтение	зачет	

				ей.	ведении мяча	ведении мяча	ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		
31	Ловля и передача мяча в кругу	43		Развитие скоростно-силовых способностей.	правильно выполнять основные движения в ловле и передачи мяча	ловле и передачи мяча в кругу	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление		

							сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	о качествах хорошего ученика;		
32	Броски в кольцо	44-45		Развитие скоростно-силовых способностей.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, бросанием меча	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, бросанием меча		проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	зачет	
Гимнастика- 27 часов										
33	Правила по технике безопасности.	46		Развитие координационных способностей	выполнять строевые команды	Выполнять акробатические элементы отдельно	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные	проявление особого интереса к новому, собственно		

						и в комбинации и	ые учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности <u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u>	школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		
--	--	--	--	--	--	------------------	--	---	--	--

							Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности			
34	Акробатические упражнения. Эстафета.	47		Развитие координационных способностей	выполнять строевые команды	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p> <p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и</p>	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		

						<p>принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>			
35	Виды акробатических упражнений.	48	Выполнение команды «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!».	Научиться выполнять акробатические упражнения	Выполнять упражнения в равновесии	<p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять</p>	<p>проявление учебных мотивов;</p> <p>предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>		

							учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности			
36	Строевые упражнения	49		Выполнение команды «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!».	выполнять строевые команды	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации и	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		

							<u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
37	Строевые приемы	50- 51		Развитие силовых способност ей	выполнять строевые команды	Выполнять акробатиче ские элементы раздельно и в комбинаци и	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированн ые учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	зачет	
38	Техника кувырка вперед	70		Развитие силовых способност	выполнять строевые	Выполнять акробатиче ские	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные	Ориентация на содержательны е моменты		

				ей	команды	элементы раздельно и в комбинаци и	модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	школьной действительнос ти и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
39	Лазанье по канату. Стойка на лопатках	71		Развитие силовых способностей ей	лазать по гимнастической стенке; Лазанье по канату.	Выполнять упражнения в равновесии	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию		

							<p>собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	<p>занятий; проявление учебных мотивов;</p>		
40	Кувырок вперед, кувырок назад	72	Развитие силовых способностей ей	лазать по гимнастической стенке;	Выполнять упражнения в равновесии	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственному школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;</p>	зачет		

							<p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>			
41	Техника лазанья по канату, Ласточка	73		Развитие силовых способностей	лазать по гимнастической стенке, канату;	Выполнять упражнения	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению</p>	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		

							в совместной деятельности			
42	Лазанье по канату	74		Развитие силовых способностей	лазать по гимнастической стенке, канату;	Выполнять упражнения	<p><u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;</p> <p><u>Коммун.</u> задавать вопросы;</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;</p> <p>проявление учебных мотивов;</p>	зачет	
43	Стойка на	75		Развитие	Выполнять	Выполнять	<u>Позн.</u>	проявление	зачет	

	лопатках, Ласточка			силовых способност ей.	акробатическ ие элементы раздельно и в комбинации.	упражнени я	понимать и принимать цели, сформулированн ые учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		
44	Комбинация из 4 акробатических упражнений	76- 77		Развитие координац ионных способност ей	Выполнять акробатическ ие элементы раздельно и в комбинации.	Выполнять акробатиче ские элементы раздельно и в комбинаци и	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированн ые учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление		

							учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	учебных мотивов;		
45	Комбинация из 4 акробатических упражнений	78	Развитие координац ионных способност ей	Выполнять акробатическ ие элементы раздельно и в комбинации.	Выполнять акробатиче ские элементы раздельно и в комбинаци и	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированн ые учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	зачет		

							деятельности			
46	Опорный прыжок	79		Развитие координационно-силовых способностей	Правильно выполнять опорный прыжок	Выполнять опорный прыжок	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
47	Техника прыжка через скакалку	80-81		Развитие координационных	Выполнять прыжки через	Выполнять прыжки через	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные</p>	Ориентация на содержательные моменты	зачет	

				способность ей	скакалку.	скакалку	<p>модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
48	Техника наклона вперед из положения сидя, сгибание, разгибание рук в упоре лежа	82		Развитие силовых способностей ей.	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа	Выполнять упражнения	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой</p>	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию		

							<p>собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	<p>занятий; проявление учебных мотивов;</p>		
49	Наклон вперед из положения сидя, см	83	Развитие силовых способностей.	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа	Выполнять упражнения	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>	зачет		

							<u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности			
50	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа	84		Развитие силовых способностей.	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа	Выполнять упражнения	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет	

							собственное мнение;			
51	Двигательные способности	85		Развитие силовых способностей.	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа	Выполнять упражнения	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		

52	Подтягивание на высокой (мальч), низкой(девочки) перекладине	86-87		Развитие силовых способностей.	Подтягивание на высокой (мальч), низкой(девочки) перекладине	Выполнять упражнения	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет	
	Силовая подготовка	88		Развитие силовых способностей.	Подтягивание на высокой (мальч), низкой(девочки) перекладине	Выполнять упражнения	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы,	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное		

						<p>используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	<p>осознанное представление о качествах хорошего ученика;</p>		
Развитие гибкости	89		Развитие координационных способностей	выполнять строевые команды	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных</p>		

						<p>учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p> <p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированн ые учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>мотивов;</p>		
--	--	--	--	--	--	--	-----------------	--	--

	Эстафета с предметами	90		Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
--	-----------------------	----	--	---	--	--	---	--	--	--

Лыжная подготовка- 18 часов

53	Правила по технике безопасности	52		Развитие координационных и силовых способностей	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное		
----	---------------------------------	----	--	---	------------------------	------------------------	---	---	--	--

				ей			<u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться ⁵⁴ и приходить к общему решению в совместной деятельности	осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
54	Подбор лыжного инвентаря. Переноска и надевание лыж.	53		Развитие координационных и силовых способностей	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		

							ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;			
55	Передвижение скользящим шагом	54	Развитие координационных и силовых способностей	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;			

							сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;			
56	Попеременный двухшажный ход. Передвижение на лыжах	55-57	Развитие координационных и силовых способностей	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет		

57	Спуски с пологих склонов.	58-60		Развитие координационных и силовых способностей	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	проявление особого интереса к новому, собственному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	зачет	
58	Подъемы «лесенкой и «елочкой». Передвижение на	61-63		Развитие координационных и силовых	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированн</p>	проявление учебных мотивов; предпочтение	зачет	

	лыжах.			способность ей			ые учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		
59	Торможение «плугом» и упором.	64-66		Развитие координационных и силовых способностей ей	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	зачет	

						<p>учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>			
60	Передвижение на лыжах. Повороты переступанием в движении.	67-69	Развитие координационных и силовых способностей	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет	

							деятельности			
--	--	--	--	--	--	--	--------------	--	--	--

Легкая атлетика-12 часов

61	Правила по технике безопасности. Легкоатлетические упражнения	91		Развитие координационных силовых способностей	правильно выполнять основные движения в	бегать с максимальной скоростью	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного»		
----	---	----	--	---	---	---------------------------------	---	---	--	--

					<p>ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью</p>		<p>и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;</p>	<p>типа</p>		
62	Бег на выносливость в сочетании с ходьбой	92-93	Развитие координационных силовых способностей	<p>правильно выполнять основные движения</p>	<p>выполнять основные движения</p>	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;</p>			

							учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
63	Метание мяча на дальность	94	Развитие координационн ых силовых способностей	правиль но выполня ть основны е движени я в метании на дальност ь	метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений ; метать в цель; метать набивной мяч из различных положений	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	зачет		

							<u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
64	Техника метания мяча	95-96	Развитие координационных силовых способностей	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью	бегать с максимальной скоростью	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	зачет		

							вопросы;			
65	Эстафета с предметами	97		Развитие скоростно-силовых способностей	Бегать на короткую дистанцию с ускорением	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге	<p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	зачет	
66	6 минутный бег Эстафета с предметами	98-99		Развитие скоростно-силовых способностей	Бегать на длинную дистанцию	играть в подвижные игры с бегом, прыжками,	<p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное	зачет	

						метаниями	<u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
67	Подвижные игры и эстафеты.	100		Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры	Выполнить упражнение	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	зачет	

							ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;			
68	Игры по выбору детей.	101 - 102		Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		

							сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;			
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Приложение 1.

Тест по физической культуре для 2-4 класса по теме «Пионербол».

Пояснительная записка.

Целью теста является определение уровней освоения федерального компонента государственного образовательного стандарта по физической культуре по теме «Пионербол».

Структура теста. Тестовая работа состоит из 13 заданий базового уровня с выбором ответа. К каждому из заданий предлагается 3-4 варианта ответа, из которых только один правильный. На работу отводится 40 минут.

На работу отводится 40 минут. Нормы выставления отметок.

Баллы	13	12-11	10-9	8-0
Отметка	«5»	«4»	«3»	«2»

Ключи к ответам: 1 вариант.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
а	в	б	в	г	а	а	в	б	а	б	а	а

Ключи к ответам: 2 вариант.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
а	б	б	б	г	б	в	б	а	а	б	б	г

Источники для составления вариантов тестирования:

- 1) Поляков С.Д., Хрущев С.В. «Мониторинг и коррекция физического здоровья дошкольников» Методическое пособие. – М., 2006
- 2) Степаненкова Э.Я. «Теория и методика физического воспитания и развития». – М., 2005
- 3) Пионербол - игра для всех возрастов: Методика обучения / Симонова О.В. // Спорт в школе. - 2000. - N 41-42. - С. 5,17.
- 4) Пионербол - игра для всех возрастов: Методика обучения / Симонова О.В. // Спорт в школе. - 2000. - N 41-42. - С. 5,17

Тест по физической культуре для 2-4 класса по теме «Пионербол».

1 вариант.

1. На занятиях по пионерболу необходимо иметь?

- а) школьную форму;
- б) палатку;
- в) спортивную форму;

2. Сколько игроков одной команды находится на площадке во время игры в пионербол?

- а) 4;

б) 5;

в) 6.

3. Сколько касаний мяча может быть между игроками одной команды?

а) 2;

б) 3;

в) 4.

4. Сколько зон на площадке ты знаешь?

а) 4;

б) 5;

в) 6;

г) 7.

5. Игроком какой зоны осуществляется подача?

а) 6;

б) 5;

в) 4;

г) 1.

6. Переход игроков на площадке выполняется

а) по часовой стрелке;

б) против часовой стрелки;

в) в любом порядке.

7. Занятия должны проходить на:

- а) сухой площадке или сухом полу;
- б) мокрой площадке;
- в) матах.

8. Сколько раз подряд может игрок выполнить подачу, пока не произойдет потеря подачи мяча командой?

- а) 1;
- б) 3;
- в) не ограничено.

9. Можно ли при ловле мяча прижимать его к себе?

- а) да;
- б) нет;
- в) иногда.

10. Проигранный мяч отдается команде противника

- а) под сеткой;
- б) над сеткой;
- в) в любом порядке.

11. Если во время подачи мяч касается сетки, но перелетает на сторону противника, считается ли он проигранным?

- а) да;
- б) нет;

в) иногда.

12. При потере подачи очко выигрывает команда

а) противника;

б) своя;

в) очко никому не присуждается.

13. Подача осуществляется

а) одной рукой;

б) двумя руками;

в) любой частью тела.

Тест по физической культуре для 2-4 класса

по теме «Пионербол».

2 вариант.

1. Перед началом занятий обучающиеся обязаны:

а) коротко остричь ногти, снять с себя все украшения (кольца, цепочки, браслеты, серьги, часы и т.п. предметы);

б) остаться в школьной форме;

в) сесть на лавку.

2. Как ловится мяч?

а) одной рукой;

б) двумя руками;

в) от пола.

3. Размеры пионербольной площадки?

- а) 10x15 м.;
- б) 9x18 м.;
- в) 10x25 м.

4. Подача осуществляется:

- а) двумя руками;
- б) одной рукой;
- в) ногой.

5. Если мяч упал на поле соперника, это будет...?

- а) поле;
- б) аут;
- в) спорный мяч.

6. При подачи, касание сетки считается как ошибка?

- а) да;
- б) нет;
- в) смотря какие правила.

7. В пионерболе, до сколько очков идет счет одной партии?

- а) до 10 очков;
- б) до 15 очков;
- в) до 25 очков.

8. При подачи, игрок заступил за линию, это будет..?

- а) мяч в игре;
- б) мяч отдается другой команде;
- в) смотря как скажет судья.

9. Если мяч упал на линию, это будет..?

- а) поле;

- б) аут;
- в) спорный мяч.

10. Можно ли мяч ловить от сетки?

- а) да;
- б) нет;
- в) когда как.

11. При плохом самочувствии обучающийся должен :

- а) продолжить занятие;
- б) прекратить занятия и сообщить об этом учителю;
- в) покинуть зал.

12. Игрок, находящийся в первой зоне, при «переходе» перемещается в зону № :

- а) в зону №4;
- б) в зону № 6;
- в) в зону №3;
- г) в зону №2.

13. Игра в пионербол начинается с:

- а) броска;
- б) передачи;
- в) нападающего удара;
- г) подачи.