

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  
«30» августа 2016 г.

Согласована:  
Заместитель директора по УВР  
Акиц Р.Р. Акимова  
«30» августа 2016 г.

Утверждена:  
Директор школы  
С.Н. Поручиков  
приказ № 41/8 от «30» августа 2016 г.



## Рабочая программа по физической культуре для 1-4 классов

Составлена учителем:

Украинским Д.И. \_\_\_\_\_  
подпись

### 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 (с изменениями и дополнениями от: 29 июня 2011 г., 25 декабря 2013 г., 24 ноября 2015 г.);
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. , в редакции приказа №41/7-од от 31.08.16);

**Учебник:** В.И.Лях. Физическая культура. 1-4 класс. - М: Просвещение, 2014.

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**

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.

Учебник: Лях В.И. Физическая культура: учеб. для учащихся 1-4 кл. нач. шк./ В.И. Лях.- М.: Просвещение.

**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-во раз/мин)	д	23	21	19	25	23	21	28	25	23
		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 часов	Дата	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Планируемые результаты (УУД)			Форма контроля	СОТ	
					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.	<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;  <u>Регул.</u>  Принимать и сохранять учебную задачу  <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 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> <p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять</p>	к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		
--	---------------	--	--	------------------------------	---------	---------------------------------------	---	--	--	--

							учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности			
34	Построение в колонну по одному в шеренгу.	47-48		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;		

							<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	

							учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;  <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
41	Техника лазанья по канату.	75- 76		Развит ие силовы х способ ностей	лазать по гимнастическ ой стенке, канату;	Выполнять упражнени я	<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	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		

							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;		

						информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
49	Подтягивание на высокой (мальч), низкой(девочки) перекладине	86-87	Развитие силовых способностей.	Подтягивание на высокой (мальч), низкой(девочки) перекладине	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	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	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 способ	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		
----	---------------------------------	----	--	---	------------------------	------------------------	---	---	--	--

							учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться <sup>54</sup> и приходить к общему решению в совместной деятельности	ученика;		
54	Подбор лыжного инвентаря. Переноска и надевание лыж.	53-54		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 учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		

							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	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;	«школьного» типа урокам «дошкольного» типа		
--	--	--	--	----	--	------------------------	---	---	--	--

### Тематическое планирование. 2 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	Ориентация на содержательны е моменты школьной действительнос ти и адекватное осознанное представление о качествах		

							и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	хорошего ученика; проявление особого интереса к новому, собственно школьному 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	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		

							<p>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	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> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу</p>	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных		

							<u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	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 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; проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию	зачет	

							собственное мнение;	занятий		
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> 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	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;	<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	зачет	
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	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		

							<p>учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>			
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	<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 особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;</p>	зачет		

							деятельности			
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 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>		
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.	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы,</p>	<p>проявление учебных мотивов;</p> <p>предпочтение уроков «школьного»</p>	зачет	

							<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>типа урокам «дошкольного» типа</p>		
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</p>	<p>Ориентация на содержательные моменты школьной действительности</p>	Закрепление	

							оценку учителя;			
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></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	
Подвижные игры- 27 часов										
13	Правила игры в пионербол	19-20		Развитие скоростно-силовых	играть в подвижные игры с бегом,	играть в подвижные игры с	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные	Ориентация на содержательные моменты		

				способность ей.	прыжками, бросанием мяча.	бегом, прыжками.	<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;		
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.	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные 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		
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</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;</p> <p>проявление учебных мотивов;</p>		

							образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
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	<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	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет	

							мнение;			
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; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		
18	Подача мяча через сетку	26-27		Развитие скоростно-силовых	владеть мячом: держание,	играть в пионербол	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированн</p>	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели,</p>	зачет	

				способность ей.	передачи на расстояние, ловля.		ые учителем; <u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение; допускать возможность существования у людей различных точек зрения; задавать вопросы;	сформулированные учителем; <u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; осуществлять контроль по 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-	играть в подвижные	играть в подвижные	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели.	проявление учебных		

				силовых способностей.	игры с бегом, прыжками, метаниями	игры с бегом, прыжками, метаниями	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;	мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» 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,	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное		

						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;		
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;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет	

							<p>осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>			
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> 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>			

23	Нападение в пионерболе	33		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 деятельности	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	зачет	
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	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;		

						<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>		
25	Контрольная игра в пионербол	35-36	Развитие скоростно-силовых способностей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля	играть пионербол	<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>	<p>Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;</p>	зачет	

							Договариваться и приходить к общему решению в совместной 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</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>		

							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	<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;		
28	Игра в пионербол	39		Развитие скоростно-силовых	владеть мячом: держание,	играть в пионербол	<p><u>Позн.</u> понимать и</p>	проявление учебных мотивов;	зачет	

				способность ей.	передачи на расстояние, ловля		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		
29	Подвижные игры с элементами баскетбола	40		Развитие скоростно-силовых способностей ей.	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;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего		

							учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	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	<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	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	зачет		

							контроль по образцу; <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> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <u>Регул.</u> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <u>Коммун.</u> <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;			

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 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	проявление особого интереса к новому, собственному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		
----	----------------------------------	----	--	---------------------------------------	----------------------------	---	--	--	--	--

						<p>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 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	<p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные</p>	проявление особого интереса к новому, собственно		

				ей		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			
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	49		Выполнение команды	выполнять строевые	Выполнять акробатиче	<p><u>Позн.</u> уметь использовать</p>	проявление учебных		

	упражнения			«Класс, шагом марш!», «Класс, стой!».	команды	ские элементы отдельно и в комбинации	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		
37	Строевые приемы	50-51		Развитие силовых 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, собственно школьному	зачет	

						комбинации	<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			
38	Техника кувырка вперед	70		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;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		

							осуществлять контроль по образцу;  <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>	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		

							формулировать собственное мнение;			
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, собственно школьному содержанию занятий;</p> <p>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></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		
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>	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;	зачет	

							<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;	проявление учебных мотивов;		
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	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	зачет		

							<u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной 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	<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;		

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 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	
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</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление		

							<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;		
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</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет		

							<p>учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>			
48	Техника наклона вперед из положения сидя, сгибание, разгибание рук в упоре лежа	82		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>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;</p> <p>проявление учебных мотивов;</p>		

							<u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
49	Наклон вперед из положения сидя, см	83		Развитие силовых способност ей.	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа	Выполнять упражнени я	<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	зачет	
50	Сгибание, разгибание рук в	84		Развитие силовых способност	Сгибание, разгибание рук в упоре	Выполнять упражнени	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные	Ориентация на содержательны е моменты	зачет	

	упоре лежа			ей.	лежа	я	<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;		
51	Двигательные способности	85		Развитие силовых способностей ей.	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа	Выполнять упражнения я	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой</p>	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>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

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, собственному 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 <sup>54</sup> 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;			
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

### 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 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	Ориентация на содержательны е моменты школьной действительнос ти и адекватное осознанное представление о качествах		

							и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	хорошего ученика; проявление особого интереса к новому, собственно школьному 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	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		

							<p>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	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> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу</p>	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных		

							<u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	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 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; проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию	зачет	

							собственное мнение;	занятий		
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> 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	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 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</p>	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		

							<p>учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>			
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	<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 особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;</p>	зачет		

							деятельности			
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 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>		
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.	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы,</p>	<p>проявление учебных мотивов;</p> <p>предпочтение уроков «школьного»</p>	зачет	

							<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>типа урокам «дошкольного» типа</p>		
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</p>	<p>Ориентация на содержательные моменты школьной действительности</p>	Закрепление	

							оценку учителя;			
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></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	
Подвижные игры- 27 часов										
13	Правила игры в пионербол	19-20		Развитие скоростно-силовых	играть в подвижные игры с бегом,	играть в подвижные игры с	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные	Ориентация на содержательные моменты		

				способность ей.	прыжками, бросанием мяча.	бегом, прыжками.	<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;		
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.	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные 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		
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</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;</p> <p>проявление учебных мотивов;</p>		

							образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
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	<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	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет	

							мнение;			
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; 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>		
18	Подача мяча через сетку	26-27		Развитие скоростно-силовых	владеть мячом: держание,	играть в пионербол	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированн</p>	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели,</p>	зачет	

				способность ей.	передачи на расстояние, ловля.		ые учителем; <u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение; допускать возможность существования у людей различных точек зрения; задавать вопросы;	сформулированные учителем; <u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; осуществлять контроль по 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-	играть в подвижные	играть в подвижные	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели.	проявление учебных		

				силовых способностей.	игры с бегом, прыжками, метаниями	игры с бегом, прыжками, метаниями	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;	мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» 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,	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное		

						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;		
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;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет	

							<p>осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>			
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> 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>			

23	Нападение в пионерболе	33		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 деятельности	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	зачет	
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	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;		

						<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>		
25	Контрольная игра в пионербол	35-36	Развитие скоростно-силовых способностей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля	играть пионербол	<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>	<p>Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;</p>	зачет	

							Договариваться и приходить к общему решению в совместной 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</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>		

							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	<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;		
28	Игра в пионербол	39		Развитие скоростно-силовых	владеть мячом: держание,	играть в пионербол	<u>Позн.</u> понимать и	проявление учебных мотивов;	зачет	

				способность ей.	передачи на расстояние, ловля		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		
29	Подвижные игры с элементами баскетбола	40		Развитие скоростно-силовых способностей ей.	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;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего		

							учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	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	<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	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	зачет		

							контроль по образцу; <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> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <u>Регул.</u> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <u>Коммун.</u> <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;			

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 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	проявление особого интереса к новому, собственному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		

						<p>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 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	<p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные</p>	проявление особого интереса к новому, собственно		

				ей		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			
35	Виды акробатических упражнений.	48		Выполнение команды «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!».	Научиться выполнять акробатические упражнения	Выполнять упражнения в равновесии	<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		
36	Строевые	49		Выполнение команды	выполнять строевые	Выполнять акробатиче	<u>Позн.</u> уметь использовать	проявление учебных		

	упражнения			«Класс, шагом марш!», «Класс, стой!».	команды	ские элементы отдельно и в комбинации	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		
37	Строевые приемы	50-51		Развитие силовых 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, собственно школьному	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;		
38	Техника кувырка вперед	70	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;	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>			
39	Лазанье по канату. Стойка на лопатках	71		<p>Развитие силовых способностей</p>	<p>лазать по гимнастической стенке;</p> <p>Лазанье по канату.</p>	<p>Выполнять упражнения в равновесии</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 учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u></p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственному содержанию занятий;</p> <p>проявление учебных мотивов;</p>		

							формулировать собственное мнение;			
40	Кувырок вперед	72		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 учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;  <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	зачет	

41	Техника лазанья по канату, Ласточка	73		Развитие силовых способностей	лазать по гимнастической стенке, канату;	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		
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;	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;	зачет	

							<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;</p>		
43	Стойка на лопатках, Ласточка	75	Развитие силовых способностей.	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации.	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>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>	зачет		

							<u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной 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	<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;			

45	Комбинация из 3 акробатических упражнений	78		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 деятельности	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	зачет	
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	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление		

							<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;		
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</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет		

							<p>учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>			
48	Техника наклона вперед из положения сидя, сгибание, разгибание рук в упоре лежа	82	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>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;</p>			

							<u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
49	Наклон вперед из положения сидя, см	83		Развитие силовых способност ей.	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа	Выполнять упражнени я	<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	зачет	
50	Сгибание, разгибание рук в	84		Развитие силовых способност	Сгибание, разгибание рук в упоре	Выполнять упражнени	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные	Ориентация на содержательны е моменты	зачет	

	упоре лежа			ей.	лежа	я	<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;		
51	Двигательные способности	85		Развитие силовых способностей ей.	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа	Выполнять упражнения я	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой</p>	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>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

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, собственному 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 <sup>54</sup> 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, собственно школьному 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			<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>	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	<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;</p> <p>проявление учебных мотивов;</p>	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 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 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;			
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

### 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	Ориентация на содержательны е моменты школьной действительнос ти и адекватное осознанное представление о качествах		

							и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	хорошего ученика; проявление особого интереса к новому, собственно школьному 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	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		

							<p>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	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> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу</p>	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных		

							<u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	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 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; проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию	зачет	

							собственное мнение;	занятий		
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> 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	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 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</p>	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		

							<p>учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>			
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	<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 особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;</p>	зачет		

							деятельности			
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 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>		
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.	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы,</p>	<p>проявление учебных мотивов;</p> <p>предпочтение уроков «школьного»</p>	зачет	

							<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>типа урокам «дошкольного» типа</p>		
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</p>	<p>Ориентация на содержательные моменты школьной действительности</p>	Закрепление	

							оценку учителя;			
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></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	
Подвижные игры- 27 часов										
13	Правила игры в пионербол	19-20		Развитие скоростно-силовых	играть в подвижные игры с бегом,	играть в подвижные игры с	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные	Ориентация на содержательные моменты		

				способность ей.	прыжками, бросанием мяча.	бегом, прыжками.	<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;		
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.	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные 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		
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</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;</p> <p>проявление учебных мотивов;</p>		

							образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
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	<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	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет	

							мнение;			
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; 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>		
18	Подача мяча через сетку	26-27		Развитие скоростно-силовых	владеть мячом: держание,	играть в пионербол	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированн</p>	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели,</p>	зачет	

				способность ей.	передачи на расстояние, ловля.		ые учителем; <u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение; допускать возможность существования у людей различных точек зрения; задавать вопросы;	сформулированные учителем; <u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; осуществлять контроль по 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-	играть в подвижные	играть в подвижные	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели.	проявление учебных		

				силовых способностей.	игры с бегом, прыжками, метаниями	игры с бегом, прыжками, метаниями	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;	мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» 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,	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное		

						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;		
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;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет	

							осуществлять контроль по образцу;  <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
22	Техника нападения в пионерболе	31-32	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			

23	Нападение в пионерболе	33		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 деятельности	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	зачет	
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	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;		

						<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>		
25	Контрольная игра в пионербол	35-36	Развитие скоростно-силовых способностей.	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля	играть пионербол	<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>	<p>Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;</p>	зачет	

							Договариваться и приходить к общему решению в совместной 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</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>		

							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	<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;		
28	Игра в пионербол	39		Развитие скоростно-силовых	владеть мячом: держание,	играть в пионербол	<p><u>Позн.</u> понимать и</p>	проявление учебных мотивов;	зачет	

				способность ей.	передачи на расстояние, ловля		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		
29	Подвижные игры с элементами баскетбола	40		Развитие скоростно-силовых способностей ей.	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;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего		

							<p>учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;  <u>Коммун.</u> задавать вопросы;</p>	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;  <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять</p>	<p>проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>	зачет		

							контроль по образцу; <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 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 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	проявление особого интереса к новому, собственному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		

						<p>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 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	<p><u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные</p>	проявление особого интереса к новому, собственно		

				ей		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			
35	Виды акробатических упражнений.	48		Выполнение команды «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!».	Научиться выполнять акробатические упражнения	Выполнять упражнения в равновесии	<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		
36	Строевые	49		Выполнение команды	выполнять строевые	Выполнять акробатиче	<u>Позн.</u> уметь использовать	проявление учебных		

	упражнения			«Класс, шагом марш!», «Класс, стой!».	команды	ские элементы отдельно и в комбинации и	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		
37	Строевые приемы	50-51		Развитие силовых 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, собственно школьному	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;		
38	Техника кувырка вперед	70	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;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;			

							осуществлять контроль по образцу;  <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>	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		

							формулировать собственное мнение;			
40	Кувырок вперед, кувырок назад	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, собственно школьному содержанию занятий;</p> <p>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></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 учебных мотивов; предпочтение 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>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;</p>	зачет	

							<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;	проявление учебных мотивов;		
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	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	зачет		

							<u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности			
44	Комбинация из 4 акробатических упражнений	76-77		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 деятельности	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		

45	Комбинация из 4 акробатических упражнений	78		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 деятельности	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	зачет	
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	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление		

							<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;		
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</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	зачет		

						<p>учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>			
48	Техника наклона вперед из положения сидя, сгибание, разгибание рук в упоре лежа	82	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>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий;</p> <p>проявление учебных мотивов;</p>		

							<u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
49	Наклон вперед из положения сидя, см	83		Развитие силовых способност ей.	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа	Выполнять упражнени я	<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	зачет	
50	Сгибание, разгибание рук в	84		Развитие силовых способност	Сгибание, разгибание рук в упоре	Выполнять упражнени	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные	Ориентация на содержательны е моменты	зачет	

	упоре лежа			ей.	лежа	я	<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;		
51	Двигательные способности	85		Развитие силовых способностей ей.	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа	Выполнять упражнения я	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой</p>	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>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

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 <sup>54</sup> 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 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 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;			
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--