**Календарно-тематическое планирование по физической культуре**

**1 класс (99ч)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Тема урока** | **Тип урока** | | **Предметные результаты** | **Виды учебной деятельности** | |  | **Дата** |
|  |  |  | | **Содержание урока**  **(Ученик должен знать)** | **ЛичностныеУУД**  **Познавательные УУД** | **Коммуникативные УУД** | **Регулятивные УУД** |  |
|  |  |  | | ***Легкоатлетические уп ражнения - 15ч. Из них 2 часа теории.*** | | |  |  |
| 1. | **Техника**  **безопасности во время занятий физической культурой.**  **Строевые упражнения.** | Вводный | | Знать основы ТБ, профилактика травматизма. Обучение строевым упражнениям: построение в колонну по 1, в шеренгу. Обучение навыкам ходьбы, ходьбы на носках, на пятках. Обучение навыкам бега, бега в чередовании с ходьбой. Упражнения на общее развитие.  Эстафеты | Формирование ценностных ориентиров и смыслов учебной деятельности на основе:  -развития познавательных интересов, учебных мотивов; -формирования мотивов достижения и социального признания;  - мотива, реализующего потребность в социально значимой и социально оцениваемой деятельности. Ученик должен задаваться вопросом: Какое значение и какой смысл имеет для меня учение? – и уметь на него отвечать. | Планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия; постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации. | *Целеполагание* - как постановка учебной задачи на основе того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что ещё неизвестно. *планирование* определение последовательности промежуточных целей с учётом конечного результата; составление плана и последовательности действий; *контроль* в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; |  |
| 2 | **ОРУ. Ходьба. Обычный бег. Бег с ускорением**  **(30м)**  ТЕОРИЯ  Беседа о значении занятий физизическими упражнениями | Изучение нового  м  ла | | Продолжить обучение строевых упражнений:  построение в колонну по 1, в шеренгу, повороты направо, налево.  Ходьба, ходьба на носках, на пятках, коротким , средним, длинным шагом.  ОРУ в движении.  Подвижная игра  «Вызов номера», «Салки» | Внутренняя позиция школьника; учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу;  ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата; способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. | Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. | *Прогнозирование* – предвосхищение результата и уровня усвоения знаний, его временн**ы**х характеристик . |  |
| 3 | **Подготовка к бегу на длинные дистанции.**  **Игры.** | Изучение нового м  ла | | Бег с изменением направления, в чередовании с ходьбой, с преодолением препятствий. ОРУ (в кругу)  Игры: «Кто быстрее», «Пятнашки». | Ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата; способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. | Умение слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении проблем; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми. | *Саморегуляция* как способность к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и к преодолению препятствий. |  |
| 4 | **Бег 500м**  **ОРУ без предметов.** | Комплек  сный | | Игра:  «Метание на точность» | Формирование ценностных ориентиров и смыслов учебной деятельности на основе:  -развития познавательных интересов, учебных мотивов; -формирования мотивов достижения и социального признания. | Ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата; способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. | *Оценка* – выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |
| 5 | **Обучение технике прыжка в длину с места.**  **Подвижные игры** | И  м  -  ла зучение ново го | | Подвижные игры:  «Метко в цель», «Кто дальше прыгнет».  ОРУ с мячом. | Нравственно-этическая ориентация, в том числе и оценивание усваиваемого содержания (исходя из социальных и личностных  ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор. | Управление  поведением партнёра  — контроль, коррекция, оценка его действий; | *Прогнозирование* – предвосхищение результата и уровня усвоения знаний, его временн**ы**х характеристик. |  |
| 6 | **Закрепление техники прыжка с места.**  **Эстафеты** | Комплексный | | ОРУ со скакалкой. | Нравственно-этическая ориентация, в том числе и оценивание усваиваемого содержания (исходя из социальных и личностных  ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор. | Управление  поведением партнёра  — контроль, коррекция, оценка его действий; | *Коррекция* – внесение необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата. |  |
| 7 | **Совершенствование техники прыжка с места.**  ТЕОРИЯ .Зарядка – утренняя гигиеническаягимнастика | Изучение нового м  ла. |  | Польза утренней гимнастики, необходимые рекомендации. | Нравственно-этическая ориентация, в том числе и оценивание усваиваемого содержания (исходя из социальных и личностных  ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор. | Управление  поведением партнёра  — контроль, коррекция, оценка его действий; | *Коррекция* – внесение необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата. |  |
| 8 | **Учет техники прыжка с места.**  **Эстафеты.** | Контроль |  | Выполнение комплексов упражнений, подвижные игры, соревнования, измерение показателей физического развития, занятие спортом. | Смыслообразование, т. е. установление обучающимися связи между целью учебной деятельности и её мотивом, другими словами, между результатом учения и тем, что побуждает деятельность, ради чего она осуществляется. Ученик должен задаваться вопросом: какое значение и какой смысл имеет для меня учение? — и уметь на него отвечать. | Планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Прогнозирование* – предвосхищение результата и уровня усвоения знаний, его временн**ы**х характеристик.  *Оценка* – выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |
| 9 | **Бег 1000 метров** | Комплек  сный | | Равномерный бег (3мин)  Чередование ходьбы и бега.  Игра «Третий лишний» | Формирование ценностных ориентиров и смыслов учебной деятельности на основе:  -развития познавательных интересов, учебных мотивов; -формирования мотивов достижения и социального признания. | Планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планирование общей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра  и внесение необходимых коррективов. |  |
| 10 | **Обучение техники метания мяча на дальность.** | Изучение нового м  ла | | Подвижные игры: «Метко в цель», «Кто дальше бросит».  Выполнение комплексов упражнений, подвижные игры, соревнования, измерение показателей физического развития, занятие спортом. | Формирование ценностных ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планирование общей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра  и внесение необходимых коррективов. |  |
| 11 | **Закрепление техники метания мяча на дальность.**  **Игры.** | Совершенствование ЗУН | | Выполнение комплексов упражнений, подвижные игры, соревнования, измерение показателей физического развития, занятие спортом.  Подвижные игры: «Метко в цель», «Кто дальше бросит». | Формирование ценностных ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планирование общей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов; осуществление взаимного контроля. |  |
| 12 | **Учет техники метания мяча на дальность. Подтягивание на перекладине.** | Контрольный | | Игра: «Через кочки и пенечки». | Формирование ценностных ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |
| 13 | **Обучение технике бега.** Игра «Прыгающие воробушки» | Изучение нового м  ла | | Стартовые ускорения на 1520 метров (высокий старт),  15-20 метров (низкий) старт | Нравственно-этическая ориентация, в том числе и оценивание усваиваемого содержания (исходя из социальных и личностных  ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор. | Управление  поведением партнёра  — контроль, коррекция, оценка его действий. | Планирование  общей цели и пути её достижения;  распределение функций и ролей в  совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов. |  |
| 14 | **Закрепление техники бега. Бег 30 метров (контроль)**  **Эстафеты.** | Совершенствование  ЗУН | | Равномерный бег 5мин.  Выполнение комплексов упражнений, подвижные игры, соревнования. | Нравственно-этическая ориентация, в том числе и оценивание усваиваемого содержания (исходя из социальных и личностных  ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор. | Управление  поведением партнёра  — контроль, коррекция, оценка его действий. | *Оценка* – выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |
| 15 | **Учет бега на выносливость.**  **Подвижные игры.** | Контрольный | | Бег 1000м  Выполнение комплексов упражнений, подвижные игры, соревнования. | Смыслообразование, т. е. установление обучающимися связи между целью учебной деятельности и её мотивом, другими словами, между результатом учения и тем, что побуждает деятельность. | Управление  поведением партнёра  — контроль, коррекция, оценка его действий . | Планирование  общей цели и пути её достижения;  распределение функций и ролей в  совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов. |  |