**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)** ТЕОРИЯБеседа о значении занятий физизическими упражнениями  | Изучение новогом 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 мла  | 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. |  |