**Календарно-тематическое планирование по предмету «Физическая культура» 1 класс**

**Пояснительная записка.**

**Целью обучения** является формирование основ физической культуры, направленных на здоровое физическое развитие, приобретение спортивно-специфических двигательных навыков и физических способностей.

**Задачи обучения** предмету «Физическая культура»:

1) развитие теоретических знаний и практических навыков в области физического воспитания и спорта;

2) мотивация стремления укрепить свое физическое и психическое здоровье;

3) развитие двигательных навыков обучающихся, способствующих выносливости, быстроте, силе, ловкости и гибкости;

4) воспитание чувства патриотизма, уважения, ответственности и взаимопонимания;

5) стимулирование обучающихся вести здоровый образ жизни на протяжении всей жизни и применять приобретенные навыки в дальнейшем;

6) формирование представления о физической культуре как части общечеловеческой культуры.

Изучение предмета «Физическая культура» позволит обучающимся:

1) применять предметные знания, умения и навыки в повседневной жизни;

2) оценивать необходимость в улучшении двигательных компетенций и физического развития;

3) понять важность развития нравственного качества и осознать необходимость честного соперничества и непрерывного саморазвития;

4) понять необходимость соблюдения правил личной гигиены;

5) узнать о влиянии физических упражнений на физическую и энергетическую систему человека;

6) оценивать свое физическое состояние и физическое состояние других обучающихся;

7) развивать навыки критического и творческого мышления, навыки разрешения проблем и коммуникативные навыки.

**(ВСЕГО 105ЧАСОВ, 3 ЧАСА В НЕДЕЛЮ)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Раздел/ Сквозные  темы | Тема урока | Цели обучения | Часы | Сроки | Примечание |
| **I ЧЕТВЕРТЬ (25часов)** | | | | | | |
| **№1** | **Раздел 1.Знание и понимание о здоровье.** | Техника безопасности.  Что такое физическая культу­ра? | 1.3.4.4. Определять трудности и  риски при выполнении ряда физических упражнении. | 1 |  |  |
| **№2** | Техника безопасности.  Что такое физическая культура? | 1.3.1.1. Осознавать важность физи­ческой деятельности, получить об­щее понятие о здоровье. | 1 |  |  |
| №3 | Техника безопасности. Что такое физическая культу­ра? | 1.3.4.4. Определять трудности и  риски при выполнении ряда физических упражнений. | 1 |  |  |
| №4 | Режим дня, утренняя зарядка и  физкультминутки. | 1.3.2.2. Понимать важность необходимости разминки и заминки тела в  физической деятельности. | 1 |  |  |
| №5 | Режим дня, утренняя зарядка и  физкультминутки. | 1.3.3.3. Определять физические из­менения в организме во время выполнения физических упражнений. | 1 |  |  |
| ;№6 | Режим дня, утренняя зарядка и  физкультминутки. | 1.3.2.2. Понимать важность необхо­димости разминки и заминки тела в  физической деятельности. | 1 |  |  |
| №7 | Бег и ходьба. | 1.1.2.2. Знать основные физичес­кие движения и как они могут быть  взаимосвязаны с простыми физическими упражнениями. | 1 |  |  |
| №8 | Бег и ходьба. | **1.3.3.1** Осознавать важность работы мышц в физических упражнениях | 1 |  |  |
| №9 | Бег и ходьба. | **1.1.3.1** Определять физические качества быстрота, ловкость, сила, гибкость и выносливость | 1 |  |  |
| №10 | Прыжки и метания. | 1.1.1.1 Знать и уметь выполнять  основные двигательные навыки и  умения | 1 |  |  |
| №11 | Прыжки и метания. | 1.1.1.1 Знать и уметь выполнять  основные двигательные навыки умения. | 1 |  |  |
| №12 | Прыжки и метания. | 1.1.1.1 Знать и уметь выполнять  основные двигательные навыки и  умения. | 1 |  |  |
| №13 | Прыжки и метания. | 1.3.5.5. Определять собственные  возможности участия в физической  деятельности. | 1 |  |  |
| №14 | **Раздел 2.**  **Развитие взаимоот­ношений и навыков общения через игры.** | Сюжетно-ролевые подвижные игры. | 1.2.8.8. Знать свою роль и начинать распознавать роли других при вы­полнении простых движений. | 1 |  |  |
| №15 | Сюжетно-ролевые подвижные игры. | 1.2.8.8. Знать свою роль и начинать распознавать роли других при вы­полнении простых движений. | 1 |  |  |
| №16 | Широкий ряд двигательных навыков | 1.1.2.2. Знать основные физичес­кие движения и как они могут быть взаимосвязаны с простыми физи­ческими упражнениями. | 1 |  |  |
| №17 | Широкий ряд двигательных навыков | 1.1.2.2. Знать основные физичес­кие движения и как они могут быть взаимосвязаны с простыми физи­ческими упражнениями. | 1 |  |  |
| №18 | Широкий ряд двигательных навыков | 1.1.2.2. Знать основные физичес­кие движения и как они могут быть взаимосвязаны с простыми физи­ческими упражнениями. | 1 |  |  |
| №19 | Широкий ряд двигательных навыков | 1.2.2.2. Знать, как работать самос­тоятельно для достижения двига­тельных целей. | 1 |  |  |
| №20 | Широкий ряд двигательных навыков | 1.2.2.2. Знать, как работать самос­тоятельно для достижения двига­тельных целей | 1 |  |  |
| №21 | Широкий ряд двигательных навыков | 1..2.2.2. Знать, как работать самос­тоятельно для достижения двига­тельных целей. | 1 |  |  |
| №22 | Навыки общения в небольших группах и парах. | 1.2.1.1. Знать и понимать двигатель­ные идеи, стратегии и планы во вре­мя участия в физической деятель­ности. | 1 |  |  |
| №23 | Навыки общения в небольших группах и парах. | 1.2.1.1. Знать и понимать двигатель­ные идеи, стратегии и планы во вре­мя участия в физической деятель­ности. | 1 |  |  |
| №24 |  | Навыки общения в небольших группах и парах. | 1.2.3.3. Знать, как разделять про­странство, ресурсы и идеи, осозна­вая важность создания благоприят­ной учебной среды при выполнении различных физических упражне­ний | 1 |  |  |
| №25 |  | Навыки общения в небольших группах и парах. | 1.2.3.3. Знать, как разделять прос¬транство, ресурсы и идеи, осозна¬вая важность создания благоприят¬ной учебной среды при выполнении различных физических упражне¬ний | 1 |  |  |
|  |  | **II ЧЕТВЕРТЬ(24часа)** | | | | |
| 26/1 | Польза физических занятий. | 1.3.5.5. Определять собственные возможности участия в физической деятельности. | 1 |  |  |
| 27/2 | Польза физических занятий | 1.3.5.5. Определять собственные возможности участия в физической деятельности. | 1 |  |  |
| 28/3 | **Раздел 3.**  **Креативность и кри­тическое мышление**  **посредством гимна­стических упражне­ний.** | Техника безопасности. Осанка и координация. | 1.3.4.4. Определять трудности и риски при выполнении ряда физи­ческих упражнений. | 1 |  |  |
| 29/4 | Техника безопасности. Осанка и координация. | 1.3.2.2. Понимать важность необхо­димости разминки и заминки тела в физической деятельности. | 1 |  |  |
| 30/5 |  | Техника безопасности. Осанка и координация | 1.3.2.2. Понимать важность необхо­димости разминки и заминки тела в физической деятельности. | 1 |  |  |
| 31/6 | Изучение ряда гимнастичес­ких фигур. | 1.1.2.2. Знать основные физические движения и как они могут быть вза­имосвязаны с простыми физически­ми упражнениями. | 1 |  |  |
| 32/7 | Изучение ряда гимнастичес­ких фигур. | 1.1.2.2. Знать основные физические движения и как они могут быть вза­имосвязаны с простыми физически­ми упражнениями. | 1 |  |  |
| 33/8 | Движения на простых гимнас­тических снарядах. | 1.1.5.5. Знать и уметь выполнять ряд простых действий в разных пространствах. | 1 |  |  |
| 34/9 | Движения на простых гимнас­тических снарядах. | 1.1.5.5. Знать и уметь выполнять ряд простых действий в разных пространствах. | 1 |  |  |
| 35/10 | Движения на простых гимнас­тических снарядах. | 1.1.4.4. Уметь описать свои умения и недостатки по двигательным на­выкам. | 1 |  |  |
| 36/11 | Движения на простых гимнас­тических снарядах. | 1.1.4.4. Уметь описать свои умения и недостатки по двигательным на­выкам | 1 |  |  |
| 37/12 | Твои физические возможнос­ти | 1.2.2.2. Знать, как работать самос­тоятельно для достижения двига­тельных целей | 1 |  |  |
| 38/13 | Твои физические возможнос­ти | 1.2.5.5. Понимать собственные и другие творческие задачи. | 1 |  |  |
| 39/14 | Твои физические возможнос­ти | 1.2.5.5. Понимать собственные и другие творческие задачи. | 1 |  |  |
| 40/15 | **Раздел 4. Казахские нацио­нальные подвижные игры** | Знакомство с традициями и культурой казахского народа | 1.2.7.7. Понимать, в чем заклю­чается патриотизм и как взаимо­действовать во время выполнения индивидуальной и групповой дея­тельности. | 1 |  |  |
| 41/16 | Знакомство с традициями и культурой казахского народа | 1.2.7.7. Понимать, в чем заклю­чается патриотизм и как взаимо­действовать во время выполнения индивидуальной и групповой дея­тельности. | 1 |  |  |
| 42/17 |  | Знакомство с традициями и культурой казахского народа | 1.2.7.7. Понимать, в чем заклю­чается патриотизм и как взаимо­действовать во время выполнения индивидуальной и групповой дея­тельности. | 1 |  |  |
| 43/18 | Знакомство с традициями и культурой казахского народа | 1.3.5.5. Определять собственные возможности участия в физичес­кой деятельности. | 1 |  |  |
| 44/19 | Знакомство с традициями и культурой казахского народа | 1.3.5.5. Определять собственные возможности участия в физичес­кой деятельности. | 1 |  |  |
| 45/20 | Знакомство с традициями и культурой казахского народа | 1.3.5.5. Определять собственные возможности участия в физичес­кой деятельности. | 1 |  |  |
| 46/21 | Вовлеченность через подвиж­ные игры | 1.2.5.5. Понимать собственные и другие творческие задачи. | 1 |  |  |
| 47/22 | Вовлеченность через подвиж­ные игры | 1.2.6.6. Называть и использовать основные творческие стратегии и идеи, передавая их педагогу. | 1 |  |  |
| 48/23 | Вовлеченность через подвиж­ные игры | 1.2.6.6. Называть и использовать основные творческие стратегии и идеи, передавая их педагогу. | 1 |  |  |
| 49/24 |  | Техника безопасности  **3-я четверть (27 часа)** | **1.3.2.1** Определять физические изменения в организме во время выполнения физических упражнений | 1 |  |  |
| 50/1 | Дыхание при двигательной активности | **1.2.2.1** Описывает навыки лидерства и совместной работы | 1 |  |  |
| 51/2 | Дыхание при двигательной активности | **1.2.2.1** Описывает навыки лидерства и совместной работы | 1 |  |  |
| 52/3 | Индивидуальные двигательные способности | **1.1.1.1** Выполнять, описывать основные двигательные навыки в простых физических упражнениях | 1 |  |  |
| 53/4 | **Раздел 6 – Развитие опорно-двигательного аппарата через подвижные игры** | Индивидуальные двигательные способности | **1.1.1.1** Выполнять, описывать основные двигательные навыки в простых физических упражнениях | 1 |  |  |
| 54/5 | Индивидуальные двигательные способности | **1.1.2.1** Выполнять последовательные действия в упражнениях, способствующих физическому развитию | 1 |  |  |
| 55/6 | Передвижение в игровом пространстве | **1.3.4.1** Определять важность физической деятельности иметь общее понятие о здоровье | 1 |  |  |
| 56/7 | Передвижение в игровом пространстве | **1.3.4.1** Определять важность физической деятельности иметь общее понятие о здоровье | 1 |  |  |
| 57/8 | Передвижение в игровом пространстве | **1.3.4.1** Определять важность физической деятельности иметь общее понятие о здоровье | 1 |  |  |
| 58/9 |  |  | 1 |  |  |
| 59/10 | Передвижение в игровом пространстве | **1.2.3.1** Называть и определять тактики и стратегии для достижения результата | 1 |  |  |
| 60/11 | Подвижные игры с предметами | **1.3.1.1** Перечислить основные компоненты здоровья | 1 |  |  |
| 61/12 | Подвижные игры с предметами | **1.2.1.1** Определять роли и обязанности в двигательной деятельности | 1 |  |  |
| 62/13 | Подвижные игры с предметами | **1.2.1.1** Определять роли и обязанности в двигательной деятельности | 1 |  |  |
| 63/14  64/15 | Подвижные игры с предметами | **1.2.1.1** Определять роли и обязанности в двигательной деятельности | 1 |  |  |
| Навыки управления телом через имитационные упражнения | **1.1.2.1** Выполнять последовательные действия в упражнениях, способствующих физическому развитию | 1 |  |  |
| 65/16 | Навыки управления телом через имитационные упражнения | **1.1.2.1** Выполнять последовательные действия в упражнениях, способствующих физическому развитию | 1 |  |  |
| 66/17 | Навыки управления телом через имитационные упражнения | **1.1.2.1** Выполнять последовательные действия в упражнениях, способствующих физическому развитию | 1 |  |  |
| 67/18 | Навыки управления телом через имитационные упражнения | **1.3.3.1** Осознавать важность работы мышц в физических упражнениях | 1 |  |  |
| 68/19 | Навыки управления телом через имитационные упражнения | **1.3.3.1** Осознавать важность работы мышц в физических упражнениях | 1 |  |  |
| 69/20 | Развитие опорно-двигательного аппарата | **1.3.2.1** Определять физические изменения в организме во время выполнения физических упражнений | 1 |  |  |
| 70/21 | Развитие опорно-двигательного аппарата | **1.3.2.1** Определять физические изменения в организме во время выполнения физических упражнений | 1 |  |  |
| 71/22 | Развитие опорно-двигательного аппарата | **1.2.3.1** Называть и определять тактики и стратегии для достижения результата | 1 |  |  |
| 72/23 | Развитие опорно-двигательного аппарата | **1.2.3.1** Называть и определять тактики и стратегии для достижения результата | 1 |  |  |
| 73/24 | Игры с мячом | **1.2.2.1** Описывает навыки лидерства и совместной работы | 1 |  |  |
| 74/25 | Игры с мячом | **1.2.2.1** Описывает навыки лидерства и совместной работы | 1 |  |  |
| 75/26 | Игры с мячом | **1.1.3.1** Определять физические качества быстрота, ловкость, сила, гибкость и выносливость | 1 |  |  |
| 76/27 | Игры с мячом | **1.1.3.1** Определять физические качества быстрота, ловкость, сила, гибкость и выносливость  **4-я четверть(30часов)** | 1 |  |  |
| 77/1 |  | Игры и упражнения со скакалкой | **1.2.4.1** Определять патриотизм и духовно-нравственные ценности | 1 |  |  |
| 78/2 | Игры и упражнения со скакалкой | **1.2.4.1** Определять патриотизм и духовно-нравственные ценности | 1 |  |  |
| 79-80/3-4 | Игры и упражнения со скакалкой | **1.2.4.1** Определять патриотизм и духовно-нравственные ценности | 2 |  |  |
|  | | | | | | |
| 81/5 | **Раздел 7 – Творческие навыки посредством игр** | Техника безопасности  Творческие способности через игры | **1.1.4.1** Знать о необходимости разминки и техники восстановления | 1 |  |  |
| 82/6 | Творческие способности через игры | **1.2.2.1** Описывает навыки лидерства и совместной работы | 1 |  |  |
| 83/7 | Творческие способности через игры | **1.2.2.1** Описывает навыки лидерства и совместной работы | 1 |  |  |
| 84/8 | Творческие способности через игры | **1.2.2.1** Описывает навыки лидерства и совместной работы | 1 |  |  |
| 85/9 | Игры на развитие коммуникативных навыков | **1.2.1.1** Определять роли и обязанности в двигательной деятельности | 1 |  |  |
| 86/10 | Игры на развитие коммуникативных навыков | **1.1.3.1** Определять физические качества быстрота, ловкость, сила, гибкость и выносливость | 1 |  |  |
| 87/11 | Игры на развитие коммуникативных навыков | **1.1.3.1** Определять физические качества быстрота, ловкость, сила, гибкость и выносливость | 1 |  |  |
| 88-89/12-13 | Игры на развитие коммуникативных навыков | **1.1.3.1** Определять физические качества быстрота, ловкость, сила, гибкость и выносливость | 2 |  |  |
| 90/14 | Активность и самостоятельность в двигательной деятельности | **1.1.2.1** Выполнять последовательные действия в упражнениях, способствующих физическому развитию | 1 |  |  |
| 91/15 | Активность и самостоятельность в двигательной деятельности | **1.1.2.1** Выполнять последовательные действия в упражнениях, способствующих физическому развитию | 1 |  |  |
| 92-93/16-17 | Активность и самостоятельность в двигательной деятельности | **1.1.1.1** Выполнять, описывать основные двигательные навыки в простых физических упражнениях | 2 |  |  |
| 94/18 | **Раздел 8 – Здоровье и физическая активность** | Физическая деятельность на открытом воздухе | **1.3.4.1** Определять общее понятие о здоровье в физической деятельности | 1 |  |  |
| 95/19 | Физическая деятельность на открытом воздухе | **1.3.2.1** Определять физические изменения в организме во время выполнения физических упражнений | 1 |  |  |
| 96/20 | Активность и самостоятельность в двигательной деятельности | **1.1.2.1** Выполнять последовательные действия в упражнениях, способствующих физическому развитию | 1 |  |  |
| 97-98/21-22 | Активность и самостоятельность в двигательной деятельности | **1.1.2.1** Выполнять последовательные действия в упражнениях, способствующих физическому развитию | 2 |  |  |
| 99/23 | Задания на развитие прыгучести | **1.2.2.1** Описывает навыки лидерства и совместной работы. | 1 |  |  |
| 100/24 | Задания на развитие прыгучести | **1.2.2.1** Описывает навыки лидерства и совместной работы. | 1 |  |  |
| 101/25 | Задания на развитие прыгучести | **1.1.2.1** Выполнять последовательные действия в упражнениях, способствующих физическому развитию | 1 |  |  |
| 102-103 /26-27 | Задания на развитие прыгучести | **1.1.2.1** Выполнять последовательные действия в упражнениях, способствующих физическому развитию | 1 |  |  |
| 104-105 /28-29 | Подвижные игры и эстафеты | **1.2.4.1** Определять патриотизм и духовно-нравственные ценности | 2 |  |  |