

Календарно-тематическое планирование по физической культуре 2класс
2020-2021учебный год (2часа в неделю)

2 класс 1 четверть

номер урока	наименование раздела программы и количество часов на раздел	тема урока	количество уроков	Требования к уровню подготовки обучающихся	вид контроля	домашнее задание	дата проведения
1.	Легкая атлетика 7 часов	Правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. Обучение ходьбе в колонну по одному.	1	Правильно выполнять основы движения в ходьбе, беге, прыжках; с максимальной скоростью бегать до 60 м по ровной открытой местности, бегать в равномерном темпе до 4 минут; стартовать из различных исходных положений; отталкиваться и приземляться на ноги в яму для прыжков после быстрого разбега с 7-9 шагов; преодолевать с помощью бега и прыжков полосу из 3-5 препятствий, метать небольшие предметы и мячи массой до 150гр	текущий	Комплекс ОРУ №1	
2.		Игра «Класс, смирно!». Совершенствование высокого старта в беге на 30м.	1		текущий	Комплекс ОРУ №1	
3.		Совершенствование построения и ходьбы в колонне по одному. Игра «Быстро по местам!».	1		текущий	Комплекс ОРУ №1	
4.		Совершенствование техники прыжка в длину с места, игра «Салки». Подготовка к сдаче норм ГТО.	1		текущий	Комплекс ОРУ №1	
5.		Разучивание движения руками в разных плоскостях. Игра «Запрещенное движение».	1		текущий	Комплекс ОРУ №1	
6.		Совершенствование техники челночного бега 3x10м. Игра «Гонка мячей». Подготовка к сдаче норм ГТО.	1		тест	Комплекс ОРУ №1	
7.		Совершенствование бега на длинные дистанции (1000м.) Игра «Два Мороза» Подготовка к сдаче норм ГТО.	1		тест	Комплекс ОРУ №1	

				на дальность с места и с 1-3 шагов разбега из разных исходных положений правой и левой рукой; толкать и метать набивной мяч массой 1 кг одной и двумя руками из различных исходных положений; метать малым мячом в цель на расстоянии 10(7) метров			
8.	Спортивные и подвижные игры 11 часов	Прыжки на одной и двух ногах. Игра «Два Мороза», «Удочка прыжковая.	1	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями; владеть мячом; держание передачи на расстоянии до 5 м, ловля, ведение, броски в процессе соответственно подобранных подвижных игр; играть в одну из игр, комплексно воздействующих на организм.	текущий	Комплекс ОРУ №1	
9.		Игра «Класс, смирно!». Тренировка в подтягивании на перекладине.	1		текущий	Комплекс ОРУ №1	
10.		Разучивание метания мяча в вертикальную цель с 5м. Игра «Класс, смирно!».	1		текущий	Комплекс ОРУ №1	
11.		Броски набивного мяча из-за головы. Тренировка в подтягивании. Игра «Быстро по местам»	1		текущий	Комплекс ОРУ №1	
12.		Совершенствование техники метания набивного мяча сидя из-за головы. Игра «Салки» (различные варианты).	1		текущий	Комплекс ОРУ №1	
13.		Совершенствование упражнения на гибкость. Игра «Салки».	1		тест	Комплекс ОРУ №1	
14.		Совершенствование техники метания мяча в вертикальную цель с 5м.	1		текущий	Комплекс ОРУ №1	
15.		Разучивание команд «На месте шагом марш!», «Стой!». Игра «Запрещенное движение».	1		текущий	Комплекс ОРУ №1	
16.		Повторение комплекса типа зарядки. Игра «Гонка мячей».	1		текущий	Комплекс ОРУ №1	
17.		Совершенствование техники выполнения отжимания и подтягивания. Подготовка к сдаче норм ГТО.	1		тест	Комплекс ОРУ №1	
18.	Совершенствование строевых упражнений и комплекса типа зарядки. Игра. «Удочка прыжковая».	1	текущий	Комплекс ОРУ №1			

2 класс 2 четверть

номер урока	наименование раздела программы и количество часов на раздел	тема урока	количество уроков	Требования к уровню подготовки обучающихся	вид контроля	домашнее задание	дата проведения
1.	Гимнастика 21 час	Ознакомление с правилами безопасности на уроках гимнастики.	1	Ходить, бегать и прыгать при изменении длины, частоты и ритма; выполнять строевые упражнения, рекомендованные комплексной программой для учащихся 1-4 классов; принимать основные положения и осуществлять движения рук, ног, туловища без предметов и с предметами (большими и малыми мячами, палкой, обручем, набивным мячом массой 1 кг, гантелями массой 0,5-1 кг с соблюдением правильной осанки); лазать по гимнастической лестнице, гимнастической	текущий	Комплекс ОРУ №2	
2.		Лазание по гимнастической стенке. Эстафеты с подлезанием и перелезанием.	1		текущий	Комплекс ОРУ №2	
3.		Разучивание кувьрка вперед. Эстафеты. Подготовка к сдаче норм ГТО.	1		текущий	Комплекс ОРУ №2	
4.		Совершенствование комплекса типа зарядки. Закрепление кувьрка вперед.	1		текущий	Комплекс ОРУ №2	
5.		Разучивание кувьрка в группировке в сторону. Закрепление комплекса с гимнастическими палками.	1		текущий	Комплекс ОРУ №2	
6.		Совершенствование техники кувьрка вперед. Эстафеты с набивными мячами 1 кг.	1		текущий	Комплекс ОРУ №2	
7.		Совершенствование техники стойки на лопатках согнув ноги. Закрепление висов и упоров.	1		текущий	Комплекс ОРУ №2	
8.		Равновесия на бревне: ходьба, повороты, переступания через мячи. Эстафеты.	1		текущий	Комплекс ОРУ №2	
9.		Совершенствование равновесия на бревне, скамейке. Эстафеты с элементами акробатики.	1		текущий	Комплекс ОРУ №2	
10.		Совершенствование техники подтягивания на перекладине. Подготовка к сдаче норм ГТО.	1		тест	Комплекс ОРУ №2	
11.		Разучивание упражнений на формирование правильной осанки.	1		текущий	Комплекс ОРУ №2	
12.		Совершенствование техники прыжков в длину с места. Эстафеты с прыжками через препятствия.	1		тест	Комплекс ОРУ №2	
13.		Преодоление полосы препятствий. Подготовка к сдаче норм ГТО.	1		текущий	Комплекс ОРУ №2	
14.		Эстафеты с различными предметами.	1		текущий	Комплекс ОРУ №2	

			<p>стенке, канату на расстоянии 4 м; слитно выполнять кувырок вперед и назад; осуществлять опорный прыжок с мостика через козла или коня высотой 100 см; ходить по бревну высотой 50-100 см с выполнением стоя и в приседе поворотов на 90 и 180⁰, приседаний и переходов в упор присев, стоя на колене, седов; выполнять висы и упоры, рекомендованные комплексной программой для учащихся 1-4 классов; прыгать через скакалку, стоя на месте, вращая ее вперед и назад; в положении наклона туловища вперед (ноги в коленях не сгибать) касаться пальцами рук пола.</p>			
--	--	--	--	--	--	--

2 класс 3 четверть

номер урока	наименование раздела программы и количество часов на раздел	тема урока	количество уроков	Требования к уровню подготовки обучающихся	вид контроля	домашнее задание	дата проведения
1	Лыжная подготовка 18 часов	Правила безопасности на уроках лыжной подготовки. Построение с лыжами в руках.	1	Ознакомление с простейшими правилами обращения с лыжным инвентарем, основные строевые приемы с лыжами, видами построений, перестроений и передвижений в строю, самым необходимым способам передвижения; ходить скользящим шагом без палок, подъемы и спуски с небольших склонов, передвижение на лыжах до 1,5 км.	текущий	Комплекс ОРУ №3	
2		Повороты переступанием на месте. Медленное передвижение до 1000м.	1		текущий	Комплекс ОРУ №3	
3		Разучивание передвижения скользящим шагом.	1		текущий	Комплекс ОРУ №3	
4		Разучивание спуска с уклона 15-20 ⁰ , совершенствование техники скользящего шага .	1		текущий	Комплекс ОРУ №3	
5		Закрепление спусков со склона. Игра «Смелее с горки».	1		текущий	Комплекс ОРУ №3	
6		Разучивание подъема ступающим шагом. Круговая эстафета.	1		текущий	Комплекс ОРУ №3	
7		Совершенствование спусков и подъемов.. Игры со спусками и подъемами.	1		текущий	Комплекс ОРУ №3	
8		Совершенствование скользящего шага и подъема в играх «Кто самый быстрый», «Смелее с горки».	1		текущий	Комплекс ОРУ №3	
9		Совершенствование техники прохождения подъема ступающим шагом. Игра «Кто самый быстрый».	1		Освоение техники	Комплекс ОРУ №3	
10		Совершенствование техники скользящего шага, подъемов и спусков в играх.	1		текущий	Комплекс ОРУ №3	
11		Прохождение 1км скользящим шагом с применением спусков и подъемов в зависимости от рельефа.	1		текущий	Комплекс ОРУ №3	
12		Круговая эстафета с этапом до 100м. Прохождение 1км.	1		текущий	Комплекс ОРУ №3	
13		Передвижение скользящим шагом 1км. Игра «Слушай сигнал»	1		текущий	Комплекс ОРУ №3	
14		Совершенствование техники скользящего шага в прохождении дистанции 1км.	1		текущий	Комплекс ОРУ №3	
15		Медленное передвижение до 1км. Игра «Салки с домом»	1		текущий	Комплекс ОРУ №3	
16		Передвижение скользящим шагом до 1000м. Игра «Накаты»	1		текущий	Комплекс ОРУ №3	

17	Подвижные игры 2 часа	Передвижение на лыжах шагом до 1000м.Игра «Алфавит»	1		текущий	Комплек ОРУ №3	
18		Передвижение на лыжах скользящим шагом до 1000м. Игра « Спуск шеренгами»	1		текущий	Комплек ОРУ №3	
19		Разучить ОРУ с малыми мячами. Игра «Послушный мяч».	1	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями; владеть мячом; ловля, ведение, броски в процессе соответственно подобранных подвижных игр; играть в одну из игр, комплексно воздействующих на организм.	текущий	Комплек ОРУ №3	
20		Разучить комплекс с гимнастическими скакалками. Различные варианты «Салок»	1		текущий	Комплек ОРУ №3	

2 класс 4 четверть

номер урока	наименование раздела программы и количество часов на раздел	тема урока	количество уроков	Требования к уровню подготовки обучающихся	вид контроля	домашнее задание	дата проведения
1.	Легкая атлетика 6 часов	Правила поведения на уроках при выполнении бега, прыжков и метания, подвижных игр.	1	Правильно выполнять основы движения в ходьбе, беге, прыжках; с максимальной скоростью бегать до 60 м по ровной открытой местности, бегать в равномерном темпе до 4 минут; стартовать из различных исходных положений; отталкиваться и приземляться на ноги в яму для прыжков после быстрого разбега с 7-9 шагов; преодолевать с помощью бега и прыжков полосу из 3-5 препятствий, метать небольшие предметы и мячи массой до 150гр на дальность с	текущий	Комплекс ОРУ №4	
2.		Разучивание техники метания мяча с места на дальность.	1		текущий	Комплекс ОРУ №4	
3.		Закрепление техники метания мяча на дальность. Совершенствование строевых упражнений.	1		текущий	Комплекс ОРУ №4	
4.		Игра с метанием баскетбольного мяча. Медленный бег до 1мин.	1		текущий	Комплекс ОРУ №4	
5.		Совершенствование техники прыжка в высоту с прямого разбега 3-5 шагов. Подготовка к сдаче норм ГТО.	1		Освоение техники	Комплекс ОРУ №4	
6.		Совершенствование техники метания мяча в цель на расстояние 6м. Подготовка к сдаче норм ГТО.	1		текущий	Комплекс ОРУ №4	

				места и с 1-3 шагов разбега из разных исходных положений .			
7.	Спортивные игры 4 час	Разучивание ведение мяча на месте и в шаге.	1	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями; владеть мячом; ловля, ведение, броски в процессе соответственно подобранных подвижных игр; играть в одну из игр, комплексно воздействующи х на организм.	текущий	Комплекс ОРУ №4	
8.		Разучивание передач мяча от груди двумя руками.	1		текущий	Комплекс ОРУ №4	
9.		Совершенствование техники выполнения силовых упражнений (подтягивания, отжимания) ОРУ с большими мячами.	1		текущий	Комплекс ОРУ №4	
10.		История возникновения игры баскетбол.	1		текущий	Комплекс ОРУ №4	
11.	Легкая атлетика 6 часов	Совершенствование техники прыжка в длину с места.	1	Правильно выполнять основы движения в ходьбе, беге, прыжках; с максимальной скоростью бегать до 60 м по ровной открытой местности, бегать в равномерном темпе до 4 минут; стартовать из различных исходных положений; отталкиваться и приземляться на ноги в яму для прыжков после	Освоение техники	Комплекс ОРУ №4	
12.		Линейные эстафеты с этапом до 30м.	1		текущий	Комплекс ОРУ №4	
13.		Совершенствование техники прыжка в длину с разбега и метания мяча на дальность.	1		текущий	Комплекс ОРУ №4	
14.		Совершенствование техники прыжка в длину с разбега 3-5 шагов. Эстафеты. Подготовка к сдаче норм ГТО.	1		текущий	Комплекс ОРУ №4	
15.		Совершенствование техники метание мяча с места на дальность (150г). Бег 30м.	1		текущий	Комплекс ОРУ №4	
16.		Совершенствование техники бега на 30м с высокого старта. Линейные эстафеты с этапом 30м.	1		текущий	Комплекс ОРУ №4	

				быстрого разбега с 7-9 шагов; преодолевать с помощью бега и прыжков полосу из 3-5 препятствий, метать небольшие предметы и мячи массой до 150гр на дальность с места и с 1-3 шагов разбега из разных исходных положений .			
--	--	--	--	---	--	--	--