**Тематическое планирование по физической культуре 2 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Дата | Тема урока | Виды деятельности обучающихся |
| 1 |  | Ознакомление с организацией и правилами поведения на площадке, в спортивном зале. Подвижные игры по выбору учащихся |  Знакомятся с понятием «физическая культура» и ана­лизируют положительное влияние её компонентов (регулярные занятия физическими упражнениями, закаливающие процедуры, личная гигиена) на укреп­ление здоровья и развитие человека.Определяют признаки положительного влияния за­нятий физкультурой на успехи в учёбеПодвижные игры: правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища.Объясняют названия и назначение гимнастических снарядов, руководствуясь правилами соблюдения безопасности.Осваивают комплексы упражнений утренней зарядки и лечебной физкультуры.Описывают состав и содержание общеразвивающих упражнений с предметами и составляют комбинации из числа разученных упражнений.Описывают технику акробатических упражнений и составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений.Описывают технику гимнастических упражнений, предупреждая появление ошибок и соблюдая правила безопасности.Описывают технику танцевальных упражнений и составляют комбинации из их числа.Осваивают технику танцевальных упражнений, предупреждая появление ошибок и соблюдая правила безопасности.Оказывают помощь сверстникам в освоении новых танцевальных упражнений.Различают строевые команды.Точно выполняют строевые приемы.Описывают состав и содержание общеразвивающих упражнений без предметов и составляют комбинации из числа разученных упражнений.Предупреждают появление ошибок и соблюдают правила безопасности.Усваивают основные понятия и термины в беге, прыжках и метаниях и объясняют их назначение.Описывают технику выполнения ходьбы, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.Демонстрируют вариативное выполнение упражнений в ходьбе.Применяют вариативные упражнения в ходьбе для развития координационных способностей.Выбирают индивидуальный темп ходьбы, контролируют его по частоте сердечных сокращений.Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.Демонструют вариативное выполнение беговых упражнений.Применяют беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей.Выбирают индивидуальный темп передвижения, контролируют темп бега по частоте сердечных сокращений.Подвижные игры:«Прыжки по кочкам», «К своим капитанам», «Конники-спортсмены», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Удочка», «Хитрая лиса», «Веревочка под ногами», «У медведя во бору», «Волк во рву», «Бой петухов», «Совушка», «Салки-догонялки», «Вызов номеров», «Салки с платочком», «Кошки-мышки», «Третий лишний», «Шишки, желуди, орехи», «Быстрые ракеты» и др.; игровые задания с использованием строевых упражнений типа: «Становись — разойдись», «Смена мест»; эстафеты с предметами и без предметов |
| 2 |  | Ознакомление с разновидностью ходьбы. Упражнение в ходьбе по разметкам. Игра «Пятнашки». |
| 3 |  | Упражнение в ходьбе с преодолением препятствий. Игра «Пятнашки». |
| 4 |  | Упражнение в ходьбе с преодолением препятствий. Игра «Пустое место». |
| 5 |  | Повторение разных видов ходьбы. Подвижная игра «Вызов номеров» |
| 6 |  | Ознакомление с прыжками с поворотом на 180.. . Подвижная игра «К своим флажкам» |
| 7 |  | Прыжки в длину с разбега. Подвижная игра « К своим флажкам». |
| 8 |  | Упражнение в прыжках в высоту. Подвижная игра «Прыгающие воробушки» |
| 9 |  | Обучение метанию малого мяча в горизонтальную цель. Подвижная игра «Защита укрепления». |
| 10 |  | Упражнение в метании малого мяча в вертикальную цель. Подвижная игра «Защита укрепления». |
| 11 |  | Упражнение в метании малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Эстафеты. |
| 12 |  | Упражнение в равномерном беге, в преодолении малых препятствий. Подвижная игра «Третий лишний». |
| 13 |  | Упражнение в равномерном беге, в преодолении малых препятствий. Подвижная игра «Третий лишний». |
| 14 |  | Упражнение в равномерном беге, в преодолении малых препятствий. Подвижная игра «Третий лишний». |
| 15 |  | Упражнение в равномерном беге, в преодолении малых препятствий. Подвижная игра «Пятнашки». |
| 16 |  | Упражнение в равномерном беге, в преодолении малых препятствий. Подвижная игра «Пустое место». |
| 17 |  | Упражнение в равномерном беге, в преодолении малых препятствий. Подвижная игра «Пустое место». |
| 18 |  | Упражнение в равномерном беге, в преодолении малых препятствий. Подвижная игра «Салки с выручалкой». |
| 19 |  | Упражнение в равномерном беге, в преодолении малых препятствий. Подвижная игра «Салки с выручалкой». |
| 20 |  | Упражнение в равномерном беге, в преодолении малых препятствий. Подвижная игра «Рыбаки и рыбки». |
| 21 |  | Упражнение в равномерном беге, в преодолении малых препятствий. Подвижная игра «Рыбаки и рыбки». |
| 22 |  | Упражнение в равномерном беге, в преодолении малых препятствий. Подвижная игра «День и ночь». |
| 23 |  | Упражнение в равномерном беге, в преодолении малых препятствий. Подвижная игра «День и ночь». |
| 24 |  | Упражнение в равномерном беге, в преодолении малых препятствий. Подвижная игра «Команда быстроногих». |
| 25 |  | Упражнение в равномерном беге, в преодолении малых препятствий. Подвижная игра «Команда быстроногих». |
| 26 |  | Обучение размыканию и смыканию приставными шагами. Обучение кувырку вперёд, стойке на лопатках.подвижная игра «Запрещённое движение». |
| 27 |  | Упражнение в размыкании и смыкании приставными шагами. Совершенствование кувырка вперёд, стойки на лопатках.подвижная игра «Запрещённое движение». |
| 28 |  | Обучение размыканию и смыканию приставными шагами. Обучение кувырку вперёд, стойке на лопатках.подвижная игра «Фигуры». |
| 29 |  | Совершенствование перестроения из колонны по одному в колонну по два. Перекат вперёд в упор присев.подвижная игра «Фигуры». |
| 30 |  | Совершенствование перестроения из колонны по одному в колонну по два. Перекат вперёд в упор присев.подвижная игра «Светофор». |
| 31 |  | Совершенствование перестроения из колонны по одному в колонну по два. Перекат вперёд в упор присев.подвижная игра «Светофор». |
| 32 |  | Обучение передвижению в колонне по одному по указанным ориентирам .Вис стоя и лёжа. Игра «Змейка». |
| 33 |  | Упражнение в передвижении в колонне по одному по указанным ориентирам .Вис стоя и лёжа. Игра «Змейка». |
| 34 |  | Совершенствование навыков передвижения в колонне по одному по указанным ориентирам .Вис стоя и лёжа. Игра «Слушай сигнал». |
| 35 |  | Упражнение в выполнении команды «На два ( четыре) шага разомкнись!» Игра «Слушай сигнал». |
| 36 |  | Упражнение в выполнении команды «На два ( четыре) шага разомкнись!» Игра «Ветер, гром, дождь, молния». |
| 37 |  | Упражнение в выполнении команды «На два ( четыре) шага разомкнись!» Игра «Ветер, гром, дождь, молния». |
| 38 |  | Обучение лазанию по гимнастической скамейке в упоре присев , в упоре стоя на коленях. Игра «Иголочка и ниточка» |
| 39 |  | Обучение лазанию по гимнастической скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях. Игра «Кто приходил?»» |
| 40 |  | Обучение лазанию по гимнастической скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях. Игра «Кто приходил?» |
| 41 |  | Упражнение в перешагивании через набивные мячи. «Кто приходил?» |
| 42 |  | Упражнение в перешагивании через набивные мячи. «Слушай сигнал». |
| 43 |  | Упражнение в перешагивании через набивные мячи. «Слушай сигнал». |
| Подвижные игры |
| 44 |  | ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза».Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| 45 |  | ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза».Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| 46 |  | ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод».Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| 47 |  | ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод».Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| 48 |  | ОРУ. Игры «Гуси-лебеди», «Посадка картошки».Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| 49 |  | ОРУ. Игры «Гуси-лебеди», «Посадка картошки».Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| 50 |  | ОРУ. Игры «Прыжки по полоскам», «Попади в мяч».Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| 51 |  | ОРУ. Игры «Прыжки по полоскам», «Попади в мяч».Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| 52 |  | ОРУ. Игры «Верёвочка под ногами», «Вызов номеров». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| 53 |  | ОРУ. Игры «Верёвочка под ногами», «Вызов номеров». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| 54 |  | ОРУ. Игры «Западня», «Конники -спортсмены». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| 55 |  | ОРУ. Игры «Западня», «Конники -спортсмены».Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| 56 |  | ОРУ. Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| 57 |  | ОРУ. Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге».Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| 58 |  | ОРУ. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде».Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| 59 |  | ОРУ. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде».Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| 60 |  | ОРУ. Игры «Лисы и куры», «Точный расчёт».Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| 61 |  | ОРУ. Игры «Лисы и куры», «Точный расчёт».Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| Подвижные игры на основе баскетбола |
| 62 |  | Упражнение в ловле и передаче мяча в движении. Броски в цель. Игра «Попади в обруч». |
| 63 |  | Упражнение в ловле и передаче мяча в движении. Броски в цель. Игра «Попади в обруч». |
| 64 |  | Упражнение в ловле и передаче мяча в движении. Ведение на месте. Игра «Попади в обруч». |
| 65 |  | Упражнение в ловле и передаче мяча в движении. Ведение на месте . Игра «Попади в обруч». |
| 66 |  | Упражнение в ловле и передаче мяча в движении. Броски в цель. Игра «Попади в обруч». |
| 67 |  | Упражнение в ловле и передаче мяча в движении. Ведение на месте. Игра «Передал-садись». |  |
| 68 |  | Упражнение в ловле и передаче мяча в движении. Ведение на месте. Игра «Передал-садись». |
| 69 |  | Упражнение в ловле и передаче мяча в движении Ведение на месте. . Игра «Мяч-среднему». |
| 70 |  | Упражнение в ловле и передаче мяча в движении. Ведение на месте . Игра «Мяч-среднему». |
| 71 |  | Упражнение в ловле и передаче мяча в движении. Ведение на месте . Игра «Мяч соседу». |
| 72 |  | Упражнение в ловле и передаче мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой. Игра «Мяч соседу». |
| 73 |  | Упражнение в ловле и передаче мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой . Игра «Мяч соседу». |
| 74 |  | Упражнение в ловле и передаче мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой . Игра «Передача мяча в колоннах». |
| 75 |  | Упражнение в ловле и передаче мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой . Игра «Передача мяча в колоннах». |
| 76 |  | Упражнение в ловле и передаче мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой. Игра «Передача мяча в колоннах». |
| 77 |  | Упражнение в ловле и передаче мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой . Игра « Мяч в корзину». |
| 78 |  | Упражнение в ловле и передаче мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой . Игра «Мяч в корзину». |
| 79 |  | Упражнение в ловле и передаче мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой . Игра «Мяч в корзину». |
| 80 |  | Упражнение в ловле и передаче мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой . Игра «Мяч в корзину». |
| 81 |  | Упражнение в ловле и передаче мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой . Игра «Школа мяча». |
| 82 |  | Упражнение в ловле и передаче мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой . Игра «Школа мяча». |
| 83 |  | Упражнение в ловле и передаче мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой . Игра «Школа мяча». |
| 84 |  | Упражнение в ловле и передаче мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой . Игра «Гонка мячей по кругу». |
| 85 |  | Упражнение в ловле и передаче мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой . Игра «Гонка мячей по кругу». |
| Кроссовая подготовка |
| 86 |  | Упражнение в равномерном беге. Чередование ходьбы и бега .Преодоление малых препятствий. Игра «Третий лишний». |
| 87 |  | Упражнение в равномерном беге. Чередование ходьбы и бега .Преодоление малых препятствий. Игра «Третий лишний». |
| 88 |  | Упражнение в равномерном беге. Чередование ходьбы и бега .Преодоление малых препятствий. Игра «Пятнашки». |
| 89 |  | Упражнение в равномерном беге. Чередование ходьбы и бега .Преодоление малых препятствий. Игра «Пятнашки». |  |
| 90 |  | Упражнение в равномерном беге. Чередование ходьбы и бега .Преодоление малых препятствий. Игра «Два мороза». |
| 91 |  | Упражнение в равномерном беге. Чередование ходьбы и бега .Преодоление малых препятствий. Игра «Два мороза». |
| 92 |  | Упражнение в равномерном беге. Чередование ходьбы и бега. Преодоление малых препятствий. Игра «Вызов номеров». |
| Лёгкая атлетика |
| 93 |  | Ознакомление с разновидностями ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением. Игра «Команда быстроногих» |
| 94 |  | Ознакомление с разновидностями ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением. Игра «Команда быстроногих» |
| 95 |  | Ознакомление с разновидностями ходьбы. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением. Игра «Вызов номеров» |
| 96 |  | Ознакомление с разновидностями ходьбы. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением. Игра «Вызов номеров» |
| 97 |  | Упражнение в прыжках с поворотом на 180 , прыжках с места. Игра «Волк во рву»Эстафеты. |
| 98 |  | Упражнение в прыжках В длину с разбега , прыжках в высоту с разбега. . Игра «Удочка»Эстафеты. |
| 99 |  | Упражнение в прыжках В длину с разбега , прыжках в высоту с разбега. . Игра «Резиночка»Эстафеты. |
| 100 |  | Упражнение в метании малого мяча в горизонтальную мишень с расстояния 4-5 м.Метание набивного мяча. Эстафеты . Игра «Кто дальше бросит». |
| 101 |  | Упражнение в метании малого мяча в вертикальную цель с расстояния 4-5 м.Метание набивного мяча. Эстафеты . Игра «Кто дальше бросит». |
| 102 |  | Упражнение в метании малого мяча на дальность отскока от пола и стены. Метание набивного мяча. Эстафеты . Игра «Кто дальше бросит». |