

Календарно-тематическое планирование уроков физической культуры 2 класс

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
начальная общеобразовательная школа № 689
Невского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ начальная школа №689 Невского района Санкт-Петербурга)

ПРИНЯТА
решением Педагогического совета
ГБОУ начальной школы №689
Невского района Санкт-Петербурга
(протокол № 1 от 30.08 2018 г.)



УТВЕРЖДЕНА
приказом от 30.08.18 г. № 59-ог
Директор
ГБОУ начальной школы №689
Невского района Санкт-Петербурга
_____ Е.Е. Мельникова

Рабочая программа
по физической культуре 2 «Б» класса
2018-2019 учебный год

Разработчик: Буравцев Д.Б.

Санкт-Петербург

Пояснительная записка

Рабочая программа по «Физической культуре» для 2 класса разработана на основе программы «Физическая культура: программа 1-4 классы» Т. В. Петрова, Ю.А. Копылов, Н. В. Полянская, С. С. Петров. М.: Вентана-Граф, 2014.-48с.

Общая цель обучения предмету «Физическая культура» в начальной школе — формирование физической культуры личности школьника посредством освоения основ содержания физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью. Курс учебного предмета «Физическая культура» в начальной школе реализует познавательную и социокультурную цели. **Познавательная** цель предполагает формирование у обучающихся представлений о физической культуре как составляющей целостной научной картины мира, ознакомление учащихся с основными положениями науки о физической культуре. **Социокультурная цель** подразумевает формирование компетенции детей в области выполнения основных двигательных действий как показателя физической культуры человека.

Общая характеристика программы

Программа начального общего образования учебного предмета «Физическая культура» разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (2009 г.) и входит в состав комплекта учебной литературы, включающего учебники для учащихся 1-2 и 3-4 классов.

Материал программы направлен на реализацию приоритетной задачи образования — формирование всесторонне гармонично развитой личности; на реализацию творческих способностей обучающихся, их физическое совершенствование; на развитие основных двигательных (физических) жизненно важных качеств; на формирование у школьников научно обоснованного отношения к окружающему миру. В соответствии с программой образовательный процесс в области физической культуры в начальной школе должен быть ориентирован:

- на развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- на обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями базовых видов спорта;
- на освоение знаний о физической культуре;
- на обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями.

Место учебного предмета в учебном плане.

Программа рассчитана на 102 ч. в год (3 часа в неделю).

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения содержания учебного предмета «Физическая культура»

Программа и учебники для 1-2 и 3-4 классов подготовлены в соответствии с Концепцией физического воспитания, что позволяет реализовать все заложенные в них требования к обучению учащихся предмету в начальной школе.

Личностные результаты освоения содержания образования в области физической культуры:

- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

Календарно-тематическое планирование уроков физической культуры 2 класс

- принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты освоения содержания образования в области физической культуры:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий для решения коммуникативных и познавательных задач;
- использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить своё выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;
- овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;
- готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный

Календарно-тематическое планирование уроков физической культуры 2 класс

контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

- --готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества; В овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета.

Предметные результаты освоения содержания образования в области физической культуры:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями физического развития (длиной, массой тела и др.), показателями развития основных двигательных качеств.

Требования к качеству освоения программного материала.

В результате освоения предлагаемой программы учебного предмета «Физическая культура» учащиеся, закончившие этап начального обучения, должны:

называть, описывать и раскрывать:

– роль и значение занятий физическими упражнениями в жизни младшего школьника; значение правильного режима дня, правильного питания, процедур закаливания, утренней гигиенической гимнастики, физкультурных пауз в течение учебного дня;

– связь физической подготовки с развитием двигательных качеств, опорно-двигательной, дыхательной и кровеносной систем;

– значение физической нагрузки и способы её регулирования; причины возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактику травматизма;

– уметь:

– выполнять упражнения для профилактики нарушений осанки, плоскостопия, зрения;

– выполнять упражнения дыхательной гимнастики, психорегуляции;

– составлять при помощи взрослых индивидуальные комплексы упражнений для самостоятельных занятий физической культурой;

– варьировать предложенные комплексы упражнений для утренней гигиенической гимнастики, физкультурминутки;

– выполнять упражнения и простейшие акробатические и гимнастические комбинации, упражнения лёгкой атлетики;

– выполнять двигательные действия при передвижении на лыжах и плавании (при соответствии климатических и погодных условий требованиям к организации лыжной подготовки и занятий плаванием);

– участвовать в подвижных играх и организовывать подвижные игры со сверстниками, оценивать результаты подвижных игр;

– выполнять игровые действия в футболе, баскетболе и волейболе, играть по упрощённым правилам;

Календарно-тематическое планирование уроков физической культуры 2 класс

- организовывать и соблюдать правильный режим дня;
- подсчитывать частоту сердечных сокращений и дыхательных движений для контроля состояния организма во время занятий физическими упражнениями;
- измерять собственные массу и длину тела; оказывать доврачебную помощь при лёгких травмах опорно-двигательного аппарата и кожных покровов.

Содержание курса

Раздел 1. Знания о физической культуре

Понятие о физической культуре. Зарождение и развитие физической культуры. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью. Физическая культура народов разных стран. История физической культуры в России. Связь физической культуры с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями страны.

Олимпийские игры. История появления Олимпийских игр. Возрождение Олимпийских игр. Важнейшие символы Олимпийских игр.

Внешнее строение тела человека. Опорно-двигательная система человека (общая характеристика, скелет и мышцы человека, суставы, сухожилия). Осанка человека. Стопа человека. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями. Дыхательная система человека. Профилактика заболеваний органов дыхания.

Подбор одежды, обуви и инвентаря для занятий физическими упражнениями.

Терминология гимнастических упражнений.

Способы передвижения человека. Основные двигательные качества человека (выносливость, сила, быстрота, гибкость, ловкость).

Раздел 2. Организация здорового образа жизни

Правильный режим дня (соблюдение, планирование). Здоровое питание. Утренняя гигиеническая гимнастика. Физкультминутки. Закаливание. Массаж. Правила личной гигиены. Профилактика нарушений зрения.

Раздел 3. Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью

Простейшие навыки контроля самочувствия. Измерение сердечного пульса (частоты сердечных сокращений). Измерение длины и массы тела. Оценка состояния дыхательной системы. Оценка правильности осанки. Оценка основных двигательных качеств.

Раздел 4. Физкультурно-оздоровительная деятельность

Физические упражнения для утренней гигиенической гимнастики, физкультминуток, профилактики нарушений осанки, профилактики плоскостопия. Комплексы упражнений для развития основных двигательных качеств. Тренировка дыхания. Упражнения для снятия утомления глаз и профилактики нарушений зрения. Упражнения для расслабления мышц. Упражнения для успокоения (психорегуляции).

Раздел 5. Спортивно-оздоровительная деятельность

Строевые упражнения и строевые приёмы.

Лёгкая атлетика (беговые и прыжковые упражнения, бросание малого и большого мяча, метание).

Гимнастика с основами акробатики (лазание, перелезание, ползание, висы и упоры, акробатические упражнения, снарядная гимнастика, кувырки, перекаты).

Лыжная подготовка (лыжные ходы, повороты, подъёмы, спуски).

Подвижные игры (на свежем воздухе и в помещении), спортивные игры (футбол, волейбол, баскетбол). Плавание (стили плавания — брасс и кроль на груди).

Календарно-тематическое планирование уроков физической культуры 2 класс

Тематическое планирование курса для 2 класса (102 ч)

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности учащихся
Раздел 1. Знания о физической культуре (5 ч)		
Олимпийские игры. История появления Олимпийских игр	Понятие «Олимпийские игры». Место появления и особенности древних Олимпийских игр. Понятие «чемпион»	Пересказывать тексты об истории возникновения Олимпийских игр; понимать миротворческую роль Олимпийских игр в древнем мире
Скелет и мышцы человека	Части скелета человека. Назначение скелета и скелетных мышц в теле человека	Называть части скелета человека; объяснять функции скелета и мышц в организме человека
Осанка человека	Понятие осанки. Влияние осанки на здоровье. Правильная осанка в положении сидя и стоя	Определять понятие «осанка»; обосновывать связь правильной осанки и здоровья организма человека; описывать правильную осанку человека в положении сидя и стоя
Стопа человека	Функции стопы. Понятие «плоскостопие»	Определять понятие «плоскостопие»; описывать причину возникновения плоскостопия и влияние заболевания на организм человека
Одежда для занятий разными физическими упражнениями	Одежда для занятий физическими упражнениями в разное время года	Подбирать спортивную одежду в зависимости от времени года и погодных условий; подбирать необходимый инвентарь для занятий разными видами физических упражнений
Раздел 2. Организация здорового образа жизни (3 ч)		
Правильный режим дня	Понятие о здоровом образе жизни. Элементы режима дня. Планирование своего режима дня	Объяснять значение понятия «здоровый образ жизни»; составлять правильный режим дня; объяснять значение сна и правильного питания для здоровья человека
Закаливание	Понятие о закаливании. Простейшие закаливающие процедуры (воздушные ванны, обтирания, хождение босиком)	Называть способы закаливания организма; обосновывать смысл закаливания; описывать простейшие процедуры закаливания
Профилактика нарушений зрения	Причины утомления глаз и снижения остроты зрения	Называть правила гигиены чтения, просмотра телевизора, работы за компьютером; определять правильное положение тела при чтении и работе за компьютером
Раздел 3. Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью (2 ч)		
Оценка правильности осанки	Контроль осанки в положении сидя и стоя	Определять правильность осанки в положении стоя у стены; научиться контролировать осанку в положении сидя и стоя
Раздел 4. Физкультурно-оздоровительная деятельность (3ч)		
Физические упражнения для утренней гигиенической гимнастики Физические упражнения для	Движения руками вперёд, вверх, в стороны, вращения прямых рук, наклоны вперед с доставанием разноимённой ноги пальцами рук, приседания на носках с последующим выпрямлением туловища, упор присев из основной стойки	Уметь готовить место для занятия утренней гигиенической гимнастикой; выполнять упражнения для утренней гигиенической гимнастики
	Движения руками вперёд и вверх, приседания,	Уметь планировать физкультминутки в своём режиме дня;

Календарно-тематическое планирование уроков физической культуры 2 класс

физкультминутки	наклоны вперёд, назад, в стороны, ходьба на месте с высоким подниманием бедра	выполнять упражнения для физкультминутки
Физические упражнения для расслабления мышц Физические упражнения для профилактики нарушений осанки	Расслабление мышц в положении лёжа на спине Ходьба, сидение на коленях и стойка на одной ноге с удержанием книги на голове	Понимать значение в жизни человека умения расслаблять мышцы; понимать назначение упражнений для расслабления мышц Выполнять упражнения во время самостоятельных занятий физической культурой
Физические упражнения для профилактики плоскостопия. Физические упражнения для профилактики нарушений зрения. Комплексы упражнений для развития основных двигательных качеств.	Ходьба босиком по гимнастической палке, захватывание мелких предметов (теннисный мяч, гимнастическая палка) стопами и пальцами ног. Ходьба босиком по траве и песку Упражнения для зрения (согревание глаз, массаж области лба и висков, массаж задней поверхности шеи) Упражнения для развития гибкости (повороты туловища влево и вправо с разведёнными в сторону руками, наклоны туловища вперёд, махи правой и левой ногой вперёд и назад, в сторону, глубокие выпады правой и левой ногой вперёд и вбок), силы мышц (отжимание от пола в упоре лёжа и в упоре на гимнастической скамейке), выносливости (длительный бег в среднем темпе), ловкости, быстроты движений (выпрыгивания вверх на двух ногах, прыжки с разведением ног в стороны, прыжки с захватом ног руками)	Выполнять упражнения для профилактики плоскостопия в составе комплекса упражнений для утренней гигиенической гимнастики Раскрывать правила гигиены работы за компьютером; выполнять упражнения для профилактики нарушений зрения Понимать значение понятий «двигательные качества», «выносливость», «сила», «быстрота», «гибкость», «ловкость»; выполнять комплексы упражнений для развития основных двигательных качеств
Раздел 5. Спортивно-оздоровительная деятельность (89 ч)		
Лёгкая атлетика (23 ч)	Беговые упражнения (бег в среднем темпе, бег с максимальной скоростью, бег с ускорением, челночный бег на полосе 3 × 10 м), прыжковые упражнения (в длину с места, в длину с разбега 3–5 шагов), метание резинового мяча разными способами (вверх двумя руками, вперёд одной рукой, двумя руками от груди, двумя руками из-за головы, снизу двумя руками)	Называть правила техники безопасности на занятиях лёгкой атлетикой; правильно выполнять основные движения ходьбы, бега, прыжков; бегать с максимальной скоростью на дистанцию до 30 м; бегать дистанцию 1 км на время; выполнять прыжок в длину с разбега
Гимнастика основами акробатики (23 ч)	Строевые приёмы и упражнения (ходьба на полусогнутых ногах, в приседе, на носках, широким шагом, с высоким подниманием коленей; выполнение команд «По порядку рассчитайсь!», «На первый-второй рассчитайсь!»; повороты направо, налево, кругом; построения в шеренгу, в колонну по одному; выполнение команд «Шагом марш!», «Стой!»; передвижения в колонне по одному). Отжимание в упоре лежа и в упоре на гимнастической скамейке, подтягивание на высокой и низкой перекладине. Группировка, перекаты в группировке, кувырок вперёд	Выполнять строевые приёмы и упражнения; использовать упражнения по подтягиванию и отжиманию для развития мышечной силы; выполнять основные элементы кувырка вперёд

Календарно-тематическое планирование уроков физической культуры 2 класс

Лыжная подготовка (19 ч)	Подъём на пологий склон способом «лесенка», торможение «плугом»	Выполнять передвижение по ровной местности (ступающим шагом с палками и без палок, скользящим шагом, прохождение дистанции 1 км скользящим шагом), спуски с пологих склонов, торможение «плугом», подъём «лесенкой», описывать правила хранения лыж, называть правила техники безопасности на уроках по лыжной подготовке
Подвижные и спортивные игры (24 ч)	Подвижные игры с включением бега, прыжков, метаний мяча для занятий на свежем воздухе и в спортивном зале	Называть правила техники безопасности на спортивных площадках; понимать правила подвижных игр; играть в подвижные игры по правилам

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса.

Объекты и средства материально-технического обеспечения:, козёл гимнастический, перекладина гимнастическая (пристеночная), стенка гимнастическая, скамейки гимнастические, комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты), мячи (набивные массой 1 и 2 кг, малые (теннисные и мягкие), баскетбольные, волейбольные, футбольные), скакалки детские, маты гимнастические, коврики (массажные), кегли, флажки, рулетка измерительная, лыжи детские, щит баскетбольный тренировочный, сетка волейбольная, оборудование для игры в настольный теннис (стол, сетка, ракетки, мячи), шахматы, шашки, аптечка.

Мебель и оборудование кабинета: компьютер, принтер, мультимедийное оборудование.

Печатные средства:

-Физическая культура: программа 1-4 классы, Т. В. Петрова, Ю.А. Копылов, Н. В.Полянская, С.С.Петров.-М.:Вентана-Граф, 2014.-48с

-Физическая культура 1-2 класс: учебник для общеобразовательных учреждений /Т. В. Петрова, Ю.А. Копылов, Н. В. Полянская, С. С. Петров.- М.- Вентана-Граф,2014.-96

Календарно-тематическое планирование уроков физической культуры 2 класс

№ урока в году	№ урока по теме, разделу	Тема урока	Дата	
			план	факт
1 четверть				
Знания о физической культуре 1 час				
1	1	Одежда для занятий разными физическими упражнениями. Вводный инструктаж по технике безопасности на уроках физической культуры Ф-1.		
Спортивно-оздоровительная деятельность.				
Лёгкая атлетика. 5ч				
2	1	Техники безопасности на занятиях лёгкой атлетикой Ф-4. Обучение высокому старту. Игра «Салки».		
3	2	Бег с ускорением до 20м. Игра «Салки»		
4	3	Бег 30 м на время. Игра «Пятнашки».		
5	4	Обучение подтягиванию на высокой перекладине (м), низкой (д). Обучение прыжкам в длину. Игра «Цепи».		
6	5	Сдача норматива «Подтягивание на высокой перекладине (м), низкой (д)». Игра «Краски».		
Физкультурно-оздоровительная деятельность 1ч				
7	1	Физические упражнения для утренней гигиенической гимнастики, для физкультминуток.		
Знания о физической культуре 1ч				
8	1	Осанка человека		
Спортивно-оздоровительная деятельность. Лёгкая атлетика 5ч				
9	1	Т.Б Ф-4. Обучение метанию мяча в цель. Круговая эстафета		
10	2	Обучение прыжкам в длину. Подвижная игра «Мы – физкультурники».		
11	3	Обучение метанию мяча на дальность. Равномерный бег до 4 мин. Подвижная игра «Метко в цель».		
12	4	Обучение челночному бегу. Подвижная игра «К своим флажкам».		
13	5	Урок – соревнование. «Круговая эстафета».		
Организация здорового образа жизни 1ч				
14	1	Правильный режим дня		
Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью 1ч				

Календарно-тематическое планирование уроков физической культуры 2 класс

15	1	Оценка правильности осанки		
Спортивно-оздоровительная деятельность. Подвижные и спортивные игры 11ч				
16	1	Правила безопасного поведения во время игры Ф-2. Обучение строевым упражнениям. Подвижная игра «Салки».		
17	2	Эстафеты с преодолением препятствий. Игра «Русская лапта».		
18	3	Обучение ловле и передачи мяча. Эстафеты с мячами. Подвижная игра «Пустое место».		
19	4	Обучение броску набивного мяча от груди. Подвижная игра «Охотники и утки».		
20	5	Обучение ведению мяча в ходьбе. Подвижная игра «Охотники и утки».		
21	6	Обучение перестроению из одной шеренги в две. Подвижная игра «Третий лишний».		
22	7	Обучение сгибанию и разгибанию рук в упоре лежа. Подвижная игра «Третий лишний».		
23	8	Обучение ведению мяча в ходьбе правой, левой рукой. Подвижная игра «Попади в обруч».		
24	9	Обучение ведению мяча в беге по прямой. Подвижная игра «Мини-баскетбол».		
25	10	Обучение нижней передачи мяча над собой. Эстафета «Космонавты».		
26	11	Обучение верхней передачи мяча над собой. Подвижная игра «Попади в обруч».		
Знания о физической культуре 1ч				
27	1	Стопа человека		
2 четверть. Физкультурно-оздоровительная деятельность 1ч				
28	1	Инструктаж по технике безопасности на уроках физической культуры Ф-1. Физические упражнения для расслабления мышц, для профилактики нарушений осанки.		
Спортивно-оздоровительная деятельность. Гимнастика с основами акробатики 23ч				
29	1	Инструктаж по технике безопасности при выполнении гимнастических упражнений Ф-3. Обучение размыканию и смыканию. Игра «Салки».		
30	2	Обучение перекатам в группировке с последующей опорой руками за головой. Народная игра «Посадка картофеля».		
31	3	Обучение кувырку вперед. Народная игра «Лиса в курятнике»		
32	4	Обучение лазанию по канату. Подвижная игра «Третий лишний»		
33	5	Обучение стойке на лопатках с перекатом вперед в упор присев. Подвижная игра «Гонка мячей».		
34	6	Обучение кувырку в сторону. Эстафеты с элементами акробатики.		
35	7	Обучение вису стоя и лежа, вису на согнутых руках. Эстафеты с преодолением препятствий.		
36	8	Обучение лазанию по наклонной скамейке. Обучение подниманию прямых и согнутых ног. Эстафета с лазанием и перелезанием.		
37	9	Обучение лазанию по наклонной скамейке лежа на животе. Подвижная игра «Выталкивание из круга».		

Календарно-тематическое планирование уроков физической культуры 2 класс

38	10	Обучение лазанию по гимнастической стенке. Народная игра «Угадай, чей голосок».		
39	11	Обучение лазанию по канату. Обучение перелезанию через коня. Народная игра «Перетягивание в парах».		
40	12	Закрепление навыка лазания по канату. Подвижная игра «Прокати быстрее мяч».		
41	13	Обучение ходьбе по гимнастической скамейке. Подвижная игра «Третий лишний». Т.Б.Ф-3		
42	14	Закрепление навыка ходьбы по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. Игра «Бой петухов».		
43	15	Обучение поворотам кругом стоя и при ходьбе на носках. Подвижная игра «Перестрелка».		
44	16	Закрепление физических навыков. Гимнастическая полоса препятствий. Подвижная игра «Перестрелка».		
45	17	Повторение упражнений на гимнастической стенке. Подвижная игра «Перестрелка».		
46	18	Гимнастическая полоса препятствий. Игра – эстафета с набивными мячами.		
47	19	Закрепление лазания по канату. Сдача норматива по подтягиванию. Подвижная игра «Перестрелка».		
48	20	Обучение упражнению «Мост» из положения лежа на спине. Игра – эстафета с предметами.		
3 четверть				
49	21	Инструктаж по технике безопасности на уроках физической культуры Ф-1. Повторение навыка виса спиной к гимнастической стенке, поднимание ног. Народная игра «У медведя во бору».		
50	22	Строевые приёмы и упражнения.		
51	23	Строевые приёмы и упражнения.		
Организация здорового образа жизни 1 ч				
52	1	Закаливание		
Спортивно-оздоровительная деятельность. Лыжная подготовка 19 ч				
53	1	Инструктаж по технике безопасности во время занятий лыжной подготовкой Ф-5. Подвижная игра «Снежки».		
54	2	Обучение ступающему шагу без палок, поворотам на месте. Подвижная игра «Попади в ворота».		
55	3	Закрепление навыка ступающего шага без палок. Народная игра «Два Мороза».		
56	4	Обучение ступающему шагу с палками. Народная игра «Два Мороза».		
57	5	Обучение скользящему шагу без палок. Повороты на месте. Подвижная игра «Попади в ворота».		
58	6	Закрепление навыка скользящего шага без палок. Подвижная игра «Попади в ворота».		
59	7	Обучение скользящему шагу с палками. Подъем лесенкой. Подвижная игра «Салки».		
60	8	Закрепление навыка скользящего шага с палками. Подвижная игра «Кто быстрее взойдет в гору»		
61	9	Обучение попеременно двухшажному ходу без палок. Подвижная игра «Кто быстрее взойдет в гору».		
62	10	Закрепление навыка попеременно двухшажного хода без палок. Подвижная игра «Кто быстрее скатится с горки».		

Календарно-тематическое планирование уроков физической культуры 2 класс

63	11	Обучение попеременно двухшажному ходу с палками. Подвижная игра «Кто дальше скатится с горки».		
64	12	Закрепление навыка попеременно двухшажного хода с палками. Эстафеты на лыжах с палками и без палок.		
65	13	Т.Б Ф-5. Прохождение дистанции до 1км. Подвижная игра «Кто быстрее взойдет в гору»		
66	14	Прохождение дистанции 1км. Повороты переступанием. Эстафета на лыжах.		
67	15	Прохождение дистанции 1,5км. Подвижная игра «Кто быстрее взойдет в гору»		
68	16	Прохождение дистанции 1,5км. Подвижная игра «Быстрый лыжник»		
69	17	Повторение поворотов переступанием. Эстафета на лыжах.		
70	18	Обучение подъему и спуску с небольших склонов. Эстафета на лыжах.		
71	19	Закрепление подъема и спуска с небольших склонов. Народная игра «Попади снежком в цель»		
Физкультурно-оздоровительная деятельность 1ч				
72	1	Физические упражнения для профилактики нарушения зрения, плоскостопия. Комплекс упражнений для развития основных двигательных качеств.		
Спортивно-оздоровительная деятельность. Подвижные и спортивные игры 4ч				
73	1	Правила безопасного поведения во время игры Ф-2. Обучение ловле и передаче мяча в движении с параллельным смещением игроков. Подвижная игра «Гонка мячей»		
74	2	Закрепление навыков ловли и передачи мяча. Эстафеты с мячами.		
75	3	Закрепление навыков ловли и передачи мяча. Подвижная игра «Пионербол».		
76	4	Преодоление полосы препятствий. Подвижная игра «Прокати быстрее мяч».		
Спортивно-оздоровительная деятельность. Лёгкая атлетика 13ч				
77	1	Техника безопасности во время занятий легкой атлетикой Ф-4. Обучение прыжкам в высоту с разбега. Игра «Мяч соседу»		
78	2	Обучение броскам набивного мяча в цель. Ведение мяча по прямой- шагом. Подвижная игра «Мини-баскетбол».		
4 четверть 24 ч				
79	3	Инструктаж по технике безопасности на уроках физической культуры Ф-1.Обучение ведению мяча бегом. Эстафеты с кеглями.		
80	4	Закрепление навыка броска мяча в щит, кольцо. Подвижная игра «Мини-баскетбол».		
81	5	Сдача норматива «Прыжки в длину с места». Народная игра «Зайцы в огороде».		
82	6	Обучение прыжкам в высоту с 4-5 шагов разбега. Сдача норматива «Сгибание и разгибание рук». Эстафета.		

Календарно-тематическое планирование уроков физической культуры 2 класс

83	7	Закрепление навыка прыжка в высоту с разбега, челночного бега. Эстафеты с мячом.		
84	8	Закрепление навыка бега с высокого старта. Игра «Охотники и утки»		
85	9	Сдача норматива «Бег 30м с высокого старта». Игра «Волк во рву»		
86	10	Обучение прыжкам в длину с разбега. Метание мяча. Игра «Русская лапта».		
87	11	Закрепление навыка прыжка в длину с разбега. Метание мяча на дальность. Народная игра «Русская лапта».		
88	12	Сдача норматива «Прыжок в длину с разбега». Шестиминутный бег Подвижная игра «Вызов номеров».		
89	13	Сдача норматива «Бег 1000м». Подвижная игра «Мини-футбол»		
Знания о физической культуре 4ч				
90	1	Скелет и мышцы человека		
91	2	Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью		
92	3	Оценка правильности осанки		
93	4	Олимпийские игры. История появления Олимпийских игр		
Организация здорового образа жизни 1ч				
94	1	Профилактика нарушений зрения		
Спортивно-оздоровительная деятельность				
Подвижные и спортивные игры 8ч				
95	1	Техника безопасности во время игры Ф-2. Челночный бег 3 по 10м. Игра «Салки – выручалки»		
96	2	Ведение мяча в ходьбе. Наклон вперед на результат. Игра «Два мороза».		
97	3	Ведение мяча на месте. Бросок набивного мяча от груди. Игра «Охотники и утки».		
98	4	Подвижные игры «Кто быстрее встанет в круг», «Перестрелка».		
99	5	Обучение броскам в кольцо двумя руками снизу. Подвижная игра «Метко в цель».		
100	6	Закрепление навыка броска в кольцо двумя руками снизу. Подвижная игра «Гонка мячей».		
101	7	Закрепление навыков ловли и передачи мяча. Эстафеты с мячами. Подвижная игра «Вызов номеров».		
102	8	Закрепление навыков ловли и передачи мяча. Эстафеты с мячами.		