

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ 2-А КЛАССА

№ урока	Тема урока	Кол - во часов		Дата проведения урока	
		Конт роль ные	Про вероч ные	По плану	По факту
1	Гармоничное физическое развитие. Знакомство с формами контрольных измерений массы и длины своего тела			01.09	
2	Осанка и ее влияние на здоровье человека. Составление комплексов упражнений для формирования правильной осанки			02.09	
3	Олимпийское движение: история и современность			03.09	
4	Структура российского спортивного движения			04.09	
5	Общеразвивающие музыкально-сценические игры. Русские народные танцевальные движения			07.09	
6	Общая характеристика плавания			08.09	
7	Правила поведения в бассейне			09.09	
8	Элементы плавания			10.09	
9	Характерные ошибки при освоении основных элементов плавания			11.09	
10	Методика наблюдений за динамикой своего физического развития			12.09	
11	Осанка и ее влияние на физическое здоровье. Методика контроля осанки			15.09	
12	Краткая характеристика основных физических качеств. Различия упражнений по воздействию на развитие основных физических качеств			16.09	
13	Отбор и составление упражнений основной гимнастики для тренировки отдельных мышц, физических качеств и способностей			17.09	
14	Здоровый образ жизни и способы его формирования			18.09	
15	Проектирование и модернизация ролевых игр и спортивных эстафет			19.09	
16	Практика проведения общеразвивающих, спортивных, туристических игр и игровых заданий, спортивных эстафет с элементами соревновательной деятельности			22.09	
17	Практика проведения ролевых игр			23.09	

18	Практика выполнения организующих команд и приёмов			24.09	
19	Техника выполнения упражнений общей разминки			25.09	
20	Практика выполнения упражнений общей разминки			26.09	
21	Техника выполнения гимнастического шага с контролем дыхания			29.09	
22	Техника выполнения гимнастического бега с контролем дыхания			30.09	
23	Основные правила выполнения упражнений общей разминки			01.10	
24	Составление комбинаций упражнений общей разминки			02.10	
25	Практика выполнения разученных упражнений общей разминки			03.10	
26	Техника выполнения упражнений партерной разминки для укрепления мышц ног			06.10	
27	Техника выполнения упражнений партерной разминки для укрепления мышц брюшного пресса			07.10	
28	Техника выполнения упражнений партерной разминки для укрепления мышц спины			08.10	
29	Техника выполнения упражнений партерной разминки для разогревания мышц спины			09.10	
30	Техника выполнения упражнений партерной разминки для развития гибкости позвоночника			10.10	
31	Техника выполнения упражнений партерной разминки для развития подвижности плечевого пояса			13.10	
32	Техника выполнения упражнений партерной разминки для развития подвижности в тазобедренных суставах			14.10	
33	Техника выполнения упражнений партерной разминки для развития координации			15.10	
34	Составление и комбинирование упражнений партерной разминки			16.10	
35	Основные правила правильного выполнения упражнений разминки у опоры			17.10	
36	Техника выполнения упражнений разминки у опоры для укрепления голеностопных суставов			20.10	
37	Техника выполнения упражнений разминки у опоры для развития координации			21.10	
38	Техника выполнения упражнений разминки у опоры для развития гибкости			22.10	
39	Техника выполнения базовых упражнений на равновесие у опоры			23.10	
40	Техника выполнения приставных шагов и поворотов у опоры			24.10	

41	Техника выполнения приземления после прыжка			05.11	
42	Составление и комбинирование упражнений разминки у опоры			06.11	
43	Основные правила выполнения акробатических упражнений			07.11	
44	Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: кувырок вперёд			10.11	
45	Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: кувырок назад			11.11	
46	Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: шпагат продольный, поперечный			12.11	
47	Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: колесо			13.11	
48	Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: мост из положения сидя			14.11	
49	Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: мост из положения стоя			17.11	
50	Практика выполнения акробатического упражнения «мост из положения стоя» и подъем из положения «мост»			18.11	
51	Основные правила выполнения упражнений с гимнастическими предметами			19.11	
52	Практика выполнения ранее изученных упражнений с гимнастическими предметами			20.11	
53	Техника выполнения удержания скакалки			21.11	
54	Техника выполнения вращения сложенной вдвое скакалки в различных плоскостях			24.11	
55	Техника выполнения броска и ловли скакалки			25.11	
56	Техника выполнения высоких прыжков вперёд через скакалку с двойным махом вперёд			26.11	
57	Техника выполнения бросков мяча, ловли мяча			27.11	
58	Техника выполнения серии отбивов мяча			28.11	
59	Основные принципы соединения упражнений в комбинации			01.12	
60	Составление комбинаций упражнений основной гимнастики			02.12	
61	Комбинации с упражнениями общей разминки			03.12	
62	Комбинации с упражнениями партерной разминки			04.12	
63	Комбинации с упражнениями разминки у опоры			05.12	

64	Комбинации с упражнениями с гимнастическими предметами			08.12	
65	Комбинации с акробатическими упражнениями			09.12	
66	Комбинации различных гимнастических и акробатических упражнений с танцевальными шагами			10.12	
67	Основные принципы и правила взаимодействия и сотрудничества в музыкально-сценических и ролевых играх			11.12	
68	Основные принципы и правила взаимодействия и сотрудничества в туристических играх и игровых заданиях			12.12	
69	Основные принципы и правила взаимодействия и сотрудничества в спортивных эстафетах			15.12	
70	Практика применения правил безопасности при выполнении физических упражнений и различных форм двигательной активности в играх и игровых заданиях			16.12	
71	Музыкально-сценические и ролевые игры			17.12	
72	Туристические игры и спортивные эстафеты			18.12	
73	Основные принципы и правила участия в спортивных эстафетах с элементами соревновательной деятельности			19.12	
74	Практика применения правил техники безопасности при участии в спортивных эстафетах с элементами соревновательной деятельности			22.12	
75	Спортивные эстафеты с элементами соревновательной деятельности без гимнастических предметов			23.12	
76	Спортивные эстафеты с элементами соревновательной деятельности с гимнастическими предметами			24.12	
77	Основные организующие команды и приемы			25.12	
78	Техника выполнения действий при строевых командах			26.12	
79	Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков и умений: бег вперед, назад, подскоки			29.12	
80	Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков и умений: группировка, кувырок			30.12	
81	Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков и умений: повороты, равновесие			12.01	

82	Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков и умений: бросок и ловля гимнастического предмета			13.01	
83	Техника выполнения упражнений определенных двигательных умений и навыков челночного бега			14.01	
84	Техника выполнения упражнений определенных двигательных умений и навыков- бега на короткие дистанции (30 м)			15.01	
85	Техника выполнения перемещений прыжками через скакалку			16.01	
86	Техника выполнения перемещений с броском и ловлей гимнастического предмета (мяча)			19.01	
87	Техника выполнения прыжка в группировке с полуповоротом всего тела толчком с двух ног			20.01	
88	Техника выполнения прыжка с выбросом ноги вперед			21.01	
89	Плавание: общая характеристика			22.01	
90	Правила безопасного поведения в бассейне			23.01	
91	Правила дыхания в воде			26.01	
92	Техника выполнения элементарных гребковых движений руками, ногами, скольжение			27.01	
93	Техника выполнения упражнений для формирования навыков плавания: «поплавок», «морская звезда»			28.01	
94	Техника выполнения упражнений для формирования навыков плавания: «лягушонок», «весёлый дельфин».			29.01	
95	Спортивные стили плавания			30.01	
96	Техника спортивных стилей плавания			02.02	
97	Плавательная подготовка: плавание кролем на груди			03.02	
98	Плавательная подготовка: плавание кролем на груди			04.02	
99	Плавательная подготовка: плавание брассом			05.02	
100	Плавательная подготовка: плавание брассом			06.02	
101	Плавательная подготовка: упражнение «Веселый дельфин»			09.02	
102	Плавательная подготовка: упражнение «Лягушонок»			10.02	
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ - 102	-	-		