**КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ                                          2 классов– 2часа в неделю (68Ч.)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  урока | Тема урока | Тип урока | | Элементы содержания | Требования к уровню подготовки обучающихся | Вид  контроля | Дата проведения | |
| п  л  а  н | ф  а  к  т |
| **1 четверть (27ч.)** | | | | | | |  |  |
| **Лёгкая атлетика(10 ч.)** | | | | | | |  |  |
| **1** | **Ходьба**  **и бег (9 ч)** | Вводный | | Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением *(20 м)*. Игра «Пятнашки». ОРУ. Инструктаж по ТБ | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью *(до 60 м)* | Текущий |  |  |
| **2** | Комплексный | | Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. **Бег с ускорением *(30 м)*.** Игра «Пятнашки». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в ходьбе  и беге; бегать с максимальной скоростью *(до 60 м)* | Текущий |  |  |
| **3** | Комплексный | | Разновидности ходьбы. Ходьба с пре-одолением препятствий. Бег с ускорением *(30 м)*. Игра «Пустое место». ОРУ. **Челночный бег.** Развитие скоростных и координационных способностей | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в ходьбе  и беге; бегать с максимальной скоростью *(до 60 м)* | Текущий |  |  |
| **4** |  | Комплексный | | Разновидности ходьбы. **Бег с ускорением *(60 м)*.** Игра «Вызов номеров». ОРУ. Развитие скоростных и координационных способностей | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью *(до 60 м)* | Текущий |  |  |
| **5** |  | Комплексный | | Равномерный бег *(6 мин).* ОРУ.  Чередование ходьбы и бега *(бег – 60 м, ходьба – 90 м).* Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Салки с выручкой» | ***Уметь:*** бегать в равномерном  темпе *6 мин)*; чередовать ходьбу  с бегом | Текущий |  |  |
| **6** | Комплексный | | **Равномерный бег*(6 мин****).* ОРУ.   ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Рыбаки и рыбки» | ***Уметь:*** бегать в равномерном  темпе *(6мин)*; |  |  |  |
| **7** | **Прыжки (3 ч)** | Изучение  нового  материала | | Прыжки с поворотом на 180°. Прыжок  с места. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Развитие скоростных и координационных способностей | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в прыжках;  правильно приземляться в яму на две ноги | Текущий |  |  |
| **8** | Комплексный | | Прыжок в длину с разбега в 3–5 шагов. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Развитие скоростных и координационных способностей. | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в прыжках;  правильно приземляться в прыжковую яму на две ноги | Текущий |  |  |
| **9** |  | Комплексный | | Прыжок с высоты*(до 40 см)*. ОРУ. Игра «Прыгающие воробушки».**Прыжок в длину с места**Эстафеты. Развитие скоростных и координационных способностей | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в прыжковую яму на две ноги | Текущий |  |  |
| **10** | **Метание  (2 ч)** | Изучение  нового  материала | | Метание малого мяча в горизонтальную  цель *(2*×*2 м)* с расстояния 4–5 м. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Подвижная игра «Защита укрепления» | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений | Текущий |  |  |
| **11** |  | Комплексный | | Метание малого мяча в вертикальную цель*(2*×*2 м)* с расстояния 4–5 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты.  Подвижная игра «Защита укрепления». Развитие скоростно-силовых способ- ностей | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в метании;  метать различные предметы  и мячи на дальность с места из различных положений | Текущий |  |  |
| **Подвижные игры на основе баскетбола (7ч)** | | | | | | |  |  |
| **12** | **Подвижные игры на основе баскетбола** | Изучение  нового  материала | | Инструктаж по ТБ. Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель*(мишень)*. ОРУ. Игра  «Попади в обруч». Развитие координационных способностей | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр | Текущий |  |  |
| **13** | Комплексный | | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель*(мишень)*. ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр | Текущий |  |  |
| **14** |  | Комплексный | | Ловля и передача мяча в движении.  Ведение на месте правой*(левой)* рукой. Броски в цель*(кольцо).* ОРУ. Игра  «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способ- ностей | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе  подвижных игр | Текущий |  |  |
| **15** | Комплексный | | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой*(левой)* рукой. Броски в цель*(кольцо, щит, мишень).* ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей | ***Уметь:*** владеть мячом*(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | Текущий |  |  |
| **16** |  | Комплексный | | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой*(левой)* рукой. Броски в цель*(кольцо, щит, мишень).* ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Эстафеты. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | Текущий |  |  |
| **17** | Комплексный | | Ловля и передача мяча в движении. Ведение правой*(левой)* рукой в движении. Броски в цель *(кольцо, щит, мишень).* ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | Текущий |  |  |
| **18** |  |  | | Ловля и передача мяча в движении. Ведение правой*(левой)* рукой в движении. Броски в цель *(кольцо, щит, мишень).* ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | Текущий |  |  |
| **2 четверть (14ч.)** | | | | | | |  |  |
| **Гимнастика (18 ч)** | | | | | | |  |  |
| 1\19 | **Акробатика.**  **Строевые**  **упражнения**  **(3ч)** | | Изучение  нового  материала | Размыкание и смыкание приставными шагами. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в сторону. ОРУ. Подвижная игра «Запрещенное движение». Развитие координационных способностей. Инструктаж по ТБ | ***Уметь:*** выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и комбинации | Текущий |  |  |
| 2\20 | Совершенствования | Размыкание и смыкание приставными шагами. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в сторону. ОРУ. Подвижная игра «Запрещенное движение». Развитие координационных способностей. Название гимнастических снарядов | ***Уметь:*** выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации | Текущий |  |  |
| 3\21 |  | | Совершенствования | Размыкание и смыкание приставными шагами. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в сторону. ОРУ. Подвижная игра «Фигуры». Развитие координационных способностей | ***Уметь:*** выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации | Текущий |  |  |
| 4\22 |  | | Совершенствования  Комплексный | Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор  присев. ОРУ. Подвижная игра «Светофор». Развитие координационных способностей | ***Уметь:*** выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации | Текущий |  |  |
| 5\23 | **Висы.  Строевые упражнения (3 ч)** | | Изучение  нового  материала. Совершенствования | Передвижение в колонне по одному  по указанным ориентирам. Вис стоя  и лежа. ОРУ с гимнастической палкой. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей | ***Уметь:*** выполнять висы, подтягивания в висе | Текущий |  |  |
| 6\24 |  | | Совершенствования | Передвижение в колонне по одному  по указанным ориентирам. Вис стоя  и лежа. ОРУ с гимнастической палкой. Игра «Слушай сигнал». Развитие силовых способностей | ***Уметь:*** выполнять висы, подтягивания в висе | Текущий |  |  |
| 7\25 |  | | Совершенствования | Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!». В висе спиной  к гимнастической скамейке поднима-ние согнутых и прямых ног. Вис  на согнутых руках. ОРУ с предметами. Игра «Слушай сигнал». Развитие силовых способностей | ***Уметь:*** выполнять висы, подтягивания в висе | Текущий |  |  |
| 8\26 | **Опорный прыжок,  лазание  (5 ч)** | | Изучение  нового  материала | ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей | ***Уметь:*** лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок |  |  |  |
| 9\27 | Совершенствования | ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей | ***Уметь:*** лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок | Текущий |  |  |
| 10\28 | Комплексный | Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игра «Кто приходил?». Развитие координационных способностей | ***Уметь:*** лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок | Текущий |  |  |
| 11\29 |  | | Совершенствования | Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игра «Слушай сигнал». Развитие  координационных способностей | ***Уметь:*** лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок | Текущий |  |  |
| 12\330 | **Подвижные игры(3)** | | Комплексный | ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два  мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | ***Уметь:*** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием | Текущий |  |  |
| 13\31 |  | | Комплексный | ОРУ. Игры «Прыжки по полоскам»,  «Попади в мяч». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | ***Уметь:*** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием | Текущий |  |  |
| 14\32 |  | | Комплексный | ОРУ. Игры «Птица в клетке», «Салки  на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | ***Уметь:*** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием | Текущий |  |  |
| **3 четверть (20 ч.)** | | | | | | |  |  |
| **Лыжная подготовка(16ч.)** | | | | | | |  |  |
| 1\33 | **Инструктаж по технике безопасности.** | | вводный | Техника безопасности на уроках лыжной подготовки.  Значение занятий на свежем воздухе, для укрепления дыхательной и сердечно-сосудистой системы.  Основные требования к одежде и обуви во время занятий.  Температурный режим. | Знать и выполнять технику безопасности. | текущий |  |  |
| 2\34 | **Передвижение в колонне на лыжах.** | | Новый материал. | Организующие команды и приемы.  Передвижение в колонне на лыжах. | Уметь правильно переносить лыжный инвентарь к месту занятий | текущий |  |  |
| 3-4 \ 35-36 | **Скользящий шаг баз палок.** | | совершенствование совершенствование | Организующие команды и приемы.  Передвижение в колонне на лыжах.  Совершенствование ступающего шага.  Скользящий шаг баз палок. | Техничная ходьба на лыжах. Коррекция выполнения движений. | текущий |  |  |
| 5\37 | **Совершенствование поворота переступанием вокруг пяток и носков лыж.** | | совершенствование | Скользящий шаг с палками.  Совершенствование поворота переступанием вокруг пяток и носков лыж. | Технично выполнять задания. Коррекция выполнения движений. | текущий |  |  |
| 6-7 38-39 | **торможение** | | комплексный.  совершенствование | Торможение падением.  Разучить торможение “плугом”.  Спуск в стойке лыжника.  Ходьба на лыжах до 1 км. | Техничная ходьба на лыжах. Коррекция выполнения движений. | текущий |  |  |
| 8-9\ 40-41 | **подъёмы** | | комплексный.  совершенствование | Подъем ступающим шагом, “лесенкой”.  Спуск в стойку лыжника.  Ходьба на лыжах до 1 км. | Технично выполнять задания. Коррекция выполнения движений. | текущий |  |  |
| 10-11\ 42-43 | **Прогулка на лыжах по пересеченной местности** | | совершенствование.  совершенствование. | Передвижение на лыжах до 1,5 км.  Скользящий шаг с палками | Уметь использовать различные способы передвижения на лыжах. Коррекция выполнения движений. | текущий |  |  |
| 12\ 44 | **Подъёмы, спуски, торможение.** | | совершенствование | Подъем “лесенкой”, «елочкой».  Спуск в высокой, средней и низкой стойках.  Торможение падением, «плугом». | Уметь использовать различные способы передвижения на лыжах Коррекция выполнения движений.. | текущий |  |  |
| 13\ 45 | **Развитие выносливости.** | | совершенствование | Прохождение дистанции до 1,5 км. в медленном темпе. | Техничная ходьба на лыжах Коррекция выполнения движений. | текущий |  |  |
| 14 \  46 | **Повороты переступанием на месте.** | | комплексный | Укладка лыж. Повороты переступанием на месте. Эстафеты на лыжах и без | Уметь использовать различные способы передвижения на лыжах. | текущий |  |  |
| 15-16\  47-48 | **Попеременный двухшажный ход** | | Новый материал.  комплексный | Попеременный двухшажный ход  Передвижение на лыжах до 2 км  Передвижение ступающим, скользящим  шагом. | Коррекция выполнения движений. | текущий |  |  |
| **Подвижные игры (8ч.)** | | | | | | |  |  |
| 17\  49 | **Подвижные игры** | комплексный. | | ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки»,  «Невод». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | ***Уметь:*** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием | Текущий |  |  |
| 18\  50 | комплексный. | | ОРУ. Игры «Гуси-лебеди», «Посадка  картошки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | ***Уметь:*** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием | Текущий |  |  |
| 19\  51 |  | комплексный. | | ОРУ. Игры «Западня», «Конники- спортсмены». Эстафеты. | ***Уметь:*** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием | Текущий |  |  |
| 20\  52 | комплексный. | | ОРУ. Игры «Веревочка под ногами», «Вызов номера». Эстафеты. Развитие  скоростно-силовых способностей | ***Уметь:*** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием | Текущий |  |  |
| **4 четверть (16ч.)** | | | | | | |  |  |
| **Подвижные игры на основе баскетбола (6ч)** | | | | | | |  |  |
| 1-2\  53-54 | **Подвижные игры на основе баскетбола** | Комплексный  Комплексный | | Ловля и передача мяча в движении.  Ведение на месте правой*(левой)* рукой. Броски в цель*(кольцо).* ОРУ. Игра  «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способ - ностей | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе  подвижных игр | Текущий |  |  |
| 3-4\  55-56 | Комплексный  Комплексный | | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой*(левой)* рукой. Броски в цель*(кольцо, щит, мишень).* ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей | ***Уметь:*** владеть мячом*(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | Текущий |  |  |
| 5-6\  57-58 |  | Комплексный  Комплексный | | Ловля и передача мяча в движении. Ведение правой*(левой)* рукой в движении. Броски в цель *(кольцо, щит, мишень).* ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | Текущий |  |  |
| **Лёгкая атлетика(10 ч.)** | | | | | | |  |  |
| 7\  59 | Инструктаж по ТБ. Прыжки (3ч.) | Комплексный | | Инструктаж по ТБ. Прыжки с поворотом на 180°.**Прыжок в длину с места.** ОРУ. Игра «Волк во рву». Эстафеты.. Развитие скоростных и координационных способностей | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в прыжковую яму на две ноги | Текущий |  |  |
| 8\  60 | Комплексный | | Прыжок в длину с разбега в 3–5 шагов.  **Прыжок в высоту с разбега в 4–5 шагов**. ОРУ. Игра «Удочка». Эстафеты.. Развитие скоростных и координационных способностей | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в прыжковую яму на две ноги | Текущий |  |  |
| 9\  61 |  | Комплексный | | Прыжок в длину с разбега в 3–5 шагов.  **Прыжок в высоту с разбега в 4–5 шагов**. ОРУ. Игра «Резиночка». Эстафеты. г. Развитие скоростных и координационных способностей | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в прыжковую яму на две ноги | Текущий |  |  |
| 10\  62 | Метание  мяча (2 ч) | Комплексный | | Метание малого мяча в горизонтальную мишень *(2*×*2 м)* с расстояния в 4–5 м. ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «Кто дальше бросит». Развитие  скоростно-силовых способностей | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места и из различных положений | Текущий |  |  |
| 11\  63 |  | Комплексный | | Метание малого мяча на дальность отскока от пола и стены. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места и из различных положений | Текущий |  |  |
| 12\  64 | **Ходьба**  **и бег** | Комплексный | | Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам.  **Бег с ускорением *(30 м)*.** Игра «Пятнашки». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в ходьбе  и беге; бегать с максимальной скоростью *(до 60 м)* | Текущий |  |  |
| 13\  65 | Комплексный | | Разновидности ходьбы. Ходьба с пре-одолением препятствий. Бег с ускорением *(30 м)*. Игра «Пустое место». ОРУ.  **Челночный бег.** Развитие скоростных и координационных способностей | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в ходьбе  и беге; бегать с максимальной скоростью *(до 60 м)* | Текущий |  |  |
| 14\  66 |  | Комплексный | | Разновидности ходьбы.  **Бег с ускорением *(60 м)*.** Игра «Вызов номеров». ОРУ. Развитие скоростных и координационных способностей | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью | Текущий |  |  |
| 15\  67 | Комплексный | | Равномерный бег *(6 мин).* ОРУ.  Чередование ходьбы и бега *(бег – 60 м, ходьба – 90 м).* Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Салки с выручкой» | ***Уметь:*** бегать в равномерном  темпе *6 мин)*; чередовать ходьбу  с бегом | Текущий |  |  |
| 16\  68 |  | Комплексный | | **Равномерный бег*(6 мин****).* ОРУ.   ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Рыбаки и рыбки» | ***Уметь:*** бегать в равномерном  темпе *(6мин)*; | Текущий |  |  |