**Календарно-тематическое планирование 2класс. 1 четверть**

**2020-2021уч год.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **урока** | **Тема урока** | **Кол-во**  **часов** | **По плану** | **По факту** | **Домашнее**  **задание** |
|  | Правила безопасности на уроках физической культуры. | 1 |  |  | Знать инструкцию |
|  | Высокий и низкий старт. | 1 |  |  | Поднимание туловища |
|  | Тестирование бега на 30 м с высокого старта. | 1 |  |  | Поднимание туловища |
|  | Техника челночного бега с высокого старта. | 1 |  |  | Поднимание туловища |
|  | Основные физические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость и координация движений). | 1 |  |  | Поднимание туловища |
|  | Измерение уровня развития основных физических качеств. | 1 |  |  | Поднимание туловища |
|  | Метание мяча на дальность. | 1 |  |  | Прыжок в длину с места |
|  | Подвижная игра "Мышеловка". | 1 |  |  | Прыжок в длину с места |
|  | Беговые упражнения из различных исходных положений. | 1 |  |  | Прыжок в длину с места |
|  | Пождвижная игра "Бегуны и прыгуны". | 1 |  |  | Прыжок в длину с места |
|  | Тестирование прыжка в длину с места. | 1 |  |  | Прыжок в длину с места |
|  | Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 сек. | 1 |  |  | Упражнения на гибкость |
|  | Тестирование наклона вперед из положения стоя. | 1 |  |  | Упражнения на гибкость |
|  | Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись. | 1 |  |  | Упражнения на гибкость |
|  | Тестирование броска мяча в горизонтальную цель. | 1 |  |  | Упражнения на гибкость |
|  | Тестирование виса и проверка волевых качеств. | 1 |  |  | Упражнения на гибкость |
|  | Строевые упражнения: перестроение в две шеренги, ходьба и бег "змейкой", противоходом, по диагонали. | 1 |  |  | Приседания |
|  | Подвижная игра "Осада города". | 1 |  |  | Приседания |
|  | Броски большого мяча на дальность двумя руками из-за головы. | 1 |  |  | Приседания |
|  | Броски большого мяча на дальность двумя руками от груди. | 1 |  |  | Приседания |
|  | Броски мяча снизу на месте. | 1 |  |  | Приседания |
|  | Ловля мяча на месте. | 1 |  |  | Приседания |
|  | Ловля и броски мяча. | 1 |  |  | Сгибание рук в упоре стоя |
|  | Передачи мяча в парах, стоя на месте, по кругу, в шеренге. | 1 |  |  | Сгибание рук в упоре стоя |
|  | Передачи мяча в колонне справа, над головой, между ногами. | 1 |  |  | Сгибание рук в упоре стоя |
|  | Эстафеты с мячом. | 1 |  |  | Сгибание рук в упоре стоя |
|  | Подвижные игры.  Подведение итогов четверти. | 1 |  |  | Сгибание рук в упоре стоя |
|  | **Гимнастика**  **2класс 2 четверть**  **2020-2021 уч год.** | **Кол-во часов** | **Дата по плану** | **Дата факт** | **Домашнее**  **задание** |
| 1 | Инструктаж по О.Т. и жизнеобеспечению на уроках гимнастики. Кувырок вперед в группировке. | 1 |  |  | Знать инструкцию |
| 2 | Кувырок вперед в группировке с трех шагов. | 1 |  |  | Упражнения на осанку |
| 3 | Лазание по гимнастической стенке. | 1 |  |  | Упражнения на осанку |
| 4 | Подвижная игра "Кружева с мешочком на голове". | 1 |  |  | Упражнения на осанку |
| 5 | Упражнения на развитие гибкости: "мост", стойка на лопатках. | 1 |  |  | Упражнения на осанку |
| 6 | Упражнения для развития координации и равновесия. | 1 |  |  | Упражнения на осанку |
| 7 | Полупереворот назад в стойку на коленях из стойки на лопатках. | 1 |  |  | Повторить т-ку перекатов группировки |
| 8 | Кувырок назад в группировке. | 1 |  |  | Повторить т-ку перекатов группировки |
| 9 | Кувырок назад. | 1 |  |  | Повторить т-ку перекатов группировки |
| 10 | Вис на согнутых руках на низкой перекладине. | 1 |  |  | Повторить т-ку перекатов группировки |
| 11 | Разновидности висов. | 1 |  |  | Повторить т-ку перекатов группировки |
| 12 | Лазание по гимнастической стенке. | 1 |  |  | Повторить  т-ку кувырка вперёд |
| 13 | Лазание по гимнастической стенке. | 1 |  |  | Повторить  т-ку кувырка вперёд |
| 14 | Подвижная игра "Медведи и пчелы". | 1 |  |  | Повторить  т-ку кувырка вперёд |
| 15 | Преодоление полосы препятствий. | 1 |  |  | Повторить  т-ку кувырка вперёд |
| 16 | Игровые упражнения. | 1 |  |  | Повторить  т-ку кувырка вперёд |
| 17 | Подвижная игра "Ловля обезьян". | 1 |  |  | Повторить  т-ку кувырка  назад |
| 18 | Выполнение сложного варианта полосы препятствий. | 1 |  |  | Повторить  т-ку кувырка  назад |
| 19 | Прыжки с поворотом на 180 и 360 градусов. | 1 |  |  | Повторить  т-ку кувырка  назад |
| 20 | Подвижные игры. | 1 |  |  | Повторить  т-ку кувырка  назад |
| 21 | Веселые старты.  Подведение итогов четверти. | 1 |  |  | Повторить  т-ку кувырка  назад |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема урока**  **2 класс 3 четверть 2020-2021 уч год.** | **Кол-во**  **часов** | **Дата проведения**  **по плану** | **Дата проведения**  **фактически** | **Домашнее**  **задание** |
| **1** | **Инструктаж по О/Т и жизнеобеспечению на уроках лыжной подготовки в 3 чет.**  Правила поведения на уроках лыжной подготовки. Переноска лыж способом под руку; надевание лыж. | 1 | 11.01 |  | Знать инструкцию  Комплекс ОРУ №1 |
| **2** | Повороты на месте переступанием вокруг пяток лыж. Передвижение скользящим шагом без палок. | 1 | 13.01 |  | Комплекс ОРУ №1 |
| **3** | Передвижение скользящим шагом 30м. Игра «Слушай сигнал». | 1 | 15.01 |  | Комплекс ОРУ №1 |
| **4** | Передвижение по кругу, чередуя ступающий и скользящий шаг.  Игра «Шире шаг». | 1 | 18.01 |  | Комплекс ОРУ №1 |
| **5** | Ступающий шаг с широкими размахиваниями руками. | 1 | 20.01 |  | Комплекс ОРУ №1 |
| **6** | Передвижение под пологий уклон скользящим шагом без палок. | 1 | 22.01 |  | Комплекс ОРУ №1 |
| **7** | Передвижение скользящим шагом без палок-30 м, с палками по кругу.  . | 1 | 25.01 |  | Комплекс ОРУ №2 |
| **8** | Передвижение скользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе.  Игра – эстафета «Кто самый быстрый?» | 1 | 27.01 |  | Комплекс ОРУ №2 |
| **9** | Повороты переступанием вокруг носков. | 1 | 29.01 |  | Комплекс ОРУ №2 |
| **10** | Подъем ступающим шагом.  Спуски. | 1 | 1.02 |  | Комплекс ОРУ №2 |
| **11** | Повороты переступанием. п/и «По местам». | 1 | 3.02 |  | Комплекс ОРУ №2 |
| **12** | Подъем «лесенкой».  п/и «Слушай сигнал» | 1 | 5.02 |  | Комплекс ОРУ №2 |
| **13** | Спуски в низкой стойке. п/и «Слушай сигнал». | 1 | 8.02 |  | Комплекс ОРУ №3 |
| **14** | Попеременный двухшажный ход без палок.  П/и «У кого красивее снежинка». | 1 | 10.02 |  | Комплекс ОРУ №3 |
| **15** | Попеременный двухшажный ход без палок.  П/и «Шире шаг». | 1 | 12.02 |  | Комплекс ОРУ №3 |
| **16** | Подъемы и спуски с небольших склонов | 1 | 15.02 |  | Комплекс ОРУ №3 |
| **17** | Попеременный двухшажный ход без палок. п/и «Салки с домом». | 1 | 17.02 |  | Комплекс ОРУ №3 |
| **18** | Попеременный двухшажный ход с палками.  Подъемы и спуски с небольших склонов | 1 | 19.02 |  | Комплекс ОРУ №3 |
| **19** | **Инструктаж по О/Т и жизнеобеспечению на уроках спортивных и подвижных игр.**  Стойка и перемещение в стойке на согнутых в коленном суставе ногах. «Играй-играй мяч не теряй». | 1 | 22..02 |  | Поднимание туловища |
| **20** | Перемещения в шаге и беге, прыжок вверх толчком двумя ногами. «Мяч водящему». | 1 | 24.02 |  | Поднимание туловища |
| **21** | Ловля и передача мяча двумя руками от груди; двумя руками с отскоком от пола.  П/и «У кого меньше мячей» | 1 | 26.02 |  | Поднимание туловища |
| **22** | Перемещения: ловля и передача мяча двумя руками от груди, после подбрасывания над собой. «Передал -садись». | 1 | 1.03 |  | Поднимание туловища |
| **23** | Передача и ловля мяча от груди на месте партнеру, после перемещения в эстафетах и подвижных играх. | 1 | 3.03 |  | Поднимание туловища |
| **24** | Бег с остановками в шаге, с изменением направления движения. П./и «Передал -садись». |  | 5.03 |  | Поднимание туловища |
| **25** | Ловля мяча на месте в паре. «Играй-играй мяч не теряй». | 1 | 10.03 |  | Сгибание рук в упоре на коленях |
| **26** | Игра: «Попади в обруч», «Мяч соседу». | 1 | 12.03 |  | Сгибание рук в упоре на коленях |
| **27** | Игры «Пятнашки с освобождением», «Играй-играй мяч не теряй». | 1 | 15.03 |  | Сгибание рук в упоре на коленях |
| **28** | Передвижение по прямой: свободный бег, ускорение, свободный бег (по звуковому сигналу). | 1 | 17.03 |  | Сгибание рук в упоре на коленях |
| **29-30** | Остановка в широком шаге по сигналу при беге в среднем темпе.  П/и «Мяч соседу». Подведение итогов четверти. | 2 | 19.03  2.04 |  | Сгибание рук в упоре на коленях |

**Календарно-тематическое планирование по физической культуре для учащихся 2 класса на 4 четверть. 2020-2021 учебный год.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **урока** | **Тема урока** | **Кол-во часов** | **Дата проведения**  **по плану** | **Дата**  **проведения**  **фактически** | **Домашнее**  **задание.** |
| 1 | Инструктаж по О/Т и жизнеобеспечению на уроках Л/А в 4 четверти.  Правила поведения на водоёмах | 1 | 4.04. |  | Знать инструкцию |
| 2.  3.  4. | Техника челночного бега с высокого старта  Техника бега на короткие дистанции. | 3  . | 7.04.  8.04.  11.04. |  | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа 3 подхода по 5 раз |
| 5.  6. | Метание малого мяча  (мешочка )на дальность.  Прыжки в высоту с прямого разбега. | 2 | 14.04.  15.04. |  | Проверка домашнего задания.  Комплекс утренней гимнастики № 1 |
| 7 | Прыжки в высоту с прямого разбега.  Метание малого мяча  (мешочка ) на дальность | 1 | 18.04. |  | Комплекс утренней гимнастики № 1 |
| 8 | Беговые упражнения из различных исходных положений.  Подвижные игры | 1 | 21.04. |  | Проверка домашнего задания.  Наклон вперед стоя, сидя. |
| 9 | Тестирование прыжка в длину с места.  Подвижные игры | 1 | 22.04. |  | Наклон вперед стоя, сидя. |
| 10.  11. | Тестирование подъёма туловища за 30сек  Метание мяча в цель. | 2 | 25.04.  28.04. |  | Наклон вперед стоя, сидя. |
| 12 | Тестирование наклона вперёд из положения сидя.  Подвижные игры | 1 | 29.04. |  | Проверка домашнего задания.  Поднимание туловища руки вдоль туловища. |
| 13 | Тестирование броска мяча в цель.  Кроссовая подготовка | 1 | 2.05. |  | Поднимание туловища руки вдоль туловища. |
| 14 | Кроссовая подготовка  Эстафетный бег | 1 | 5.05. |  | Поднимание туловища руки вдоль туловища. |
| 15 | Подвижные игры на материале раздела  Лёгкая атлетика | 1 | 6.05 |  | Проверка домашнего задания.  Прыжки со скакалкой |
| 16 | Упражнения со скакалками.  Кроссовая подготовка | 1 | 12.05. |  | Прыжки со скакалкой |
| 17 | Первые спортивные соревнования.  Техника бега на длинные дистанции | 1 | 13.05. |  | Прыжки со скакалкой |
| 18 | Круговая тренировка | 1 | 16.05. |  | Прыжки со скакалкой |
| 19 | Тестирование челночного бега 3\*10м  Подвижные игры на материале раздела  Волейбола. | 1 | 19.05 |  | Проверка домашнего задания.  Составить режим дня |
| 20 | Тестирование в беге на 1000м  Подвижные игры | 1 | 20.05. |  | Составить режим дня |
| 21 | Подвижные и спортивные игры. | 1 | 23.05. |  | Составить режим дня |
| 22 | Развитие основных физических качеств | 1 | 26.05. |  | Проверка домашнего задания.  Стойка на двух и одной ноге с закрытыми глазами |
| 23 | Подвижные игры на материале раздела  лёгкая атлетика | 1 | 27.05. |  | Стойка на двух и одной ноге с закрытыми глазами |
| 24 | Подвижные игры на материале раздела  лёгкая атлетика  Подведение итогов | 1 | 30.05. |  | Стойка на двух и одной ноге с закрытыми глазами |