

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Дата факт.
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов.	1	05.09	
2	Зарождение Олимпийских игр.	1	07.09	
3	Современные Олимпийские игры.	1	12.09	
4	Физическое развитие.	1	14.09	
5	Физические качества.	1	19.09	
6	Развитие сотрудничества.	1	21.09	
7	Развитие сотрудничества.	1	26.09	
8	Дневник наблюдений по физической культуре.	1	28.09	
9	Закаливание организма.	1	03.10	
10	Составление комплекса утренней зарядки.	1	05.10	
11	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики.	1	17.10	
12	Гимнастическая разминка.	1	19.10	
13	Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений.	1	24.10	
14	Строевые упражнения и команды.	1	26.10	
15	Строевые команды в построении и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному.	1	31.10	
16	Прыжковые упражнения.	1	02.11	
17	Ходьба по гимнастической скамейке.	1	07.11	
18	Ходьба по гимнастической скамейке.	1	09.11	
19	Упражнения с гимнастической скакалкой.	1	14.11	
20	Упражнения с гимнастической скакалкой.	1	16.11	
21	Упражнения с гимнастическим мячом.	1	28.11	
22	Упражнения с гимнастическим мячом.	1	30.11	

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Дата факт.
23	Танцевальные гимнастические движения.	1	05.12	
24	Танцевальные гимнастические движения.	1	07.12	
25	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой.	1	12.12	
26	Техника имитации передвижения на лыжах скользящим шагом.	1	14.12	
27	Правила поведения на занятиях легкой атлетикой.	1	19.12	
28	Броски мяча в неподвижную мишень.	1	21.12	
29	Броски мяча в неподвижную мишень.	1	26.12	
30	Броски малого мяча стоя лицом и боком к мишени (сверху, снизу, сбоку).	1	28.12	
31	Сложно координированные прыжковые упражнения.	1	09.01	
32	Сложно координированные прыжковые упражнения.	1	11.01	
33	Ходьба по гимнастической скамейке.	1	16.01	
34	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке.	1	18.01	
35	Прыжок в высоту с прямым разбегом.	1	23.01	
36	Прыжок в высоту с прямым разбегом.	1	25.01	
37	Сложно координированные беговые упражнения.	1	30.01	
38	Бег с поворотами и изменением направлений.	1	01.02	
39	Бег с ускорениями из разных исходных положений.	1	06.02	
40	Бег с преодолением препятствий.	1	08.02	
41	Подвижные игры с приемами спортивных игр.	1	13.02	
42	Игры с приемами баскетбола	1	15.02	
43	Игры с приемами баскетбола	1	27.02	
44	Приемы баскетбола: мяч по середине и мяч по соседству.	1	29.02	
45	Приемы баскетбола: мяч по середине и мяч по соседству.	1	05.03	
46	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	07.03	
47	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	12.03	

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Дата факт.
48	Технические действия игры волейбол.	1	14.03	
49	Подвижные игры с элементами волейбола.	1	19.03	
50	Подвижные игры с элементами волейбола.	1	21.03	
51	Подвижные игры с элементами волейбола.	1	26.03	
52	Подвижные игры на развитие равновесия.	1	28.03	
53	Подвижные игры на развитие равновесия.	1	02.04	
54	Подвижные игры по поддержанию равновесия.	1	04.04	
55	Правила соблюдения нормативов 2 ступени ВФСК ГТО.	1	16.04	
56	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1	18.04	
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	23.04	
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	26.04	
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1	02.05	
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты.	1	07.05	
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на низкой перекладине 90см. Эстафеты.	1	14.05	
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры.	1	17.05	
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок с места толчком двух ног. Эстафеты.	1	21.05	
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры.	1	23.05	
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры.	1	28.05	
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты.	1	30.05	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66		

