

Согласовано
Заместитель директора по УВР
МОУ «ООШ п. Взлетный»
Шведова Е.В.Шведова



Календарно - тематическое планирование по физической культуре

Класс: 2

Учитель: Амирова Муслима Николаевна

Количество часов всего: 68 часов; в неделю 2 часа

Планирование составлено на основе рабочей программы по учебному предмету «Основы безопасности и защиты Родины», рассмотренной педагогическим советом МОУ «ООШ п. Взлетный», протокол от 30 августа 2024 года №1.

В соответствии с ФГОС начального общего образования и ФОП ООО

Учебник : (В.И Лях, А.А. Зданевич, - М.: просвещение, 2012 г.)

2024-2025 учебный год.

2 КЛАСС

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	по факту
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1 триместр						
1	Гармоничное физическое развитие. Знакомство с формами контрольных измерений массы и длины своего тела	1		1	05.09	
2	Осанка и ее влияние на здоровье человека. Составление комплексов упражнений для формирования правильной осанки	1		1	06.09	
3	Олимпийское движение: история и современность. Структура российского спортивного движения	1		1	12.09	
4	Общеразвивающие музыкально-сценические игры. Русские народные танцевальные движения	1		1	13.09	
5	Общая характеристика плавания. Правила поведения в бассейне. Элементы	1		1	19.09	

	<p>плавания. Характерные ошибки при освоении основных элементов плавания</p>					
6	<p>Методика наблюдений за динамикой своего физического развития. Осанка и ее влияние на физическое здоровье. Методика контроля осанки</p>	1		1	20.09	
7	<p>Краткая характеристика основных физических качеств. Различие упражнений по воздействию на развитие основных физических качеств. Отбор и составление упражнений основной гимнастики для тренировки отдельных мышц, физических качеств и способностей</p>	1		1	26.09	
8	<p>Здоровый образ жизни и способы его формирования</p>	1		1	27.09	
9	<p>Проектирование и модернизация ролевых игр и спортивных эстафет</p>	1		1	03.10	
10	<p>Практика проведения общеразвивающих, спортивных,</p>	1		1	04.10	

	туристических игр и игровых заданий, спортивных эстафет с элементами соревновательной деятельности					
11	Практика проведения ролевых игр	1		1	10.10	
12	Практика выполнения организующих команд и приёмов	1		1	11.10	
13	Техника выполнения упражнений общей разминки. Практика выполнения упражнений общей разминки	1		1	17.10	
14	Техника выполнения гимнастического шага с контролем дыхания. Техника выполнения гимнастического бега с контролем дыхания	1		1	18.10	
15	Основные правила выполнения упражнений общей разминки	1		1	24.10	
16	Техника выполнения упражнений партерной разминки для укрепления мышц ног	1		1	25.10	
17	Техника выполнения упражнений партерной разминки для укрепления мышц брюшного	1		1	07.11	

	пресса					
18	Техника выполнения упражнений партерной разминки для укрепления мышц спины, для разогревания мышц спины	1		1	08.11	
19	Техника выполнения упражнений партерной разминки для развития гибкости позвоночника, для развития подвижности плечевого пояса	1		1	14.11	
20	Техника выполнения упражнений партерной разминки для развития подвижности в тазобедренных суставах	1		1	15.11	
21	Техника выполнения упражнений партерной разминки для развития координации	1		1	21.11	
22	Техника выполнения упражнений разминки у опоры для укрепления голеностопных суставов	1		1	22.11	
23	Техника выполнения упражнений разминки у опоры для развития координации	1		1	28.11	
24	Техника выполнения	1		1	29.11	

	упражнений разминки у опоры для развития гибкости					
2 триместр						
25	Техника выполнения базовых упражнений на равновесие у опоры	1		1	05.12	
26	Техника выполнения приставных шагов и поворотов у опоры	1		1	06.12	
27	Техника выполнения приземления после прыжка	1		1	12.12	
28	Составление и комбинирование упражнений разминки у опоры	1		1	13.12	
29	Основные правила выполнения акробатических упражнений	1		1	19.12	
30	Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: кувырок вперед, кувырок назад	1		1	20.12	
31	Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: шпагат продольный, поперечный, колесо	1		1	26.12	
32	Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: «мост» из положения сидя, «мост» из	1		1	27.12	

	положения стоя, подъем из положения «мост»					
33	Основные правила выполнения упражнений с гимнастическими предметами	1		1	09.01	
34	Практика выполнения ранее изученных упражнений с гимнастическими предметами	1		1	10.01	
35	Техника выполнения удержания скакалки; вращения сложенной вдвое скакалки в различных плоскостях; броска и ловли скакалки	1		1	16.01	
36	Техника выполнения высоких прыжков вперед через скакалку с двойным махом вперед	1		1	17.01	
37	Техника выполнения бросков мяча, ловли мяча, серии отбивов мяча	1		1	23.01	
38	Составление комбинаций упражнений основной гимнастики	1		1	24.01	
39	Комбинации с упражнениями общей разминки	1		1	30.01	
40	Комбинации с упражнениями партерной разминки	1		1	31.01	

41	Комбинации с упражнениями разминки у опоры	1		1	06.02	
42	Комбинации с упражнениями с гимнастическими предметами	1		1	07.02	
43	Комбинации с акробатическими упражнениями	1		1	13.02	
44	Комбинации различных гимнастических и акробатических упражнений с танцевальными шагами	1		1	14.02	
45	Основные принципы и правила взаимодействия и сотрудничества в музыкально-сценических и ролевых играх, в туристических играх и игровых заданиях, в спортивных эстафетах	1		1	20.02	
46	Практика применения правил безопасности при выполнении физических упражнений и различных форм двигательной активности в играх и игровых заданиях	1		1	21.02	
47	Музыкально-сценические и ролевые игры	1		1	27.02	

48	Туристические игры и спортивные эстафеты	1		1	28.02	
3 триместр						
49	Основные принципы и правила участия в спортивных эстафетах с элементами соревновательной деятельности. Практика применения правил техники безопасности при участии в спортивных эстафетах с элементами соревновательной деятельности	1		1	06.03	
50	Спортивные эстафеты с элементами соревновательной деятельности без гимнастических предметов	1		1	07.03	
51	Спортивные эстафеты с элементами соревновательной деятельности с гимнастическими предметами	1		1	13.03	
52	Основные организующие команды и приемы. Техника выполнения действий при строевых командах	1		1	14.03	

53	Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков и умений: бег вперед, назад, подскоки	1		1	20.03	
54	Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков и умений: группировка, кувырок	1		1	21.03	
55	Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков и умений: повороты, равновесие	1		1	03.04	
56	Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков и умений: бросок и ловля гимнастического предмета	1		1	04.04	
57	Техника выполнения упражнений определенных двигательных умений и навыков челночного бега	1		1	10.04	
58	Техника выполнения упражнений определенных двигательных умений и навыков: бега на короткие дистанции (30 м)	1		1	11.04	
59	Техника выполнения перемещений с	1		1	17.04	

	броском и ловлей гимнастического предмета					
60	Техника выполнения прыжка в группировке с полуповоротом всего тела толчком с двух ног. Техника выполнения прыжка с выбросом ноги вперед	1		1	18.04	
61	Плавание: общая характеристика. Правила безопасного поведения в бассейне	1		1	24.04	
62	Правила дыхания в воде	1		1	25.04	
63	Техника выполнения элементарных гребковых движений руками, ногами, скольжение	1		1	08.05	
64	Техника выполнения упражнений для формирования навыков плавания	1		1	09.05	
65	Спортивные стили плавания. Техника спортивных стилей плавания	1		1	15.05	
66	Плавательная подготовка: плавание кролем на груди	1		1	16.05	
67	Плавательная подготовка: плавание брассом	1		1	22.05	
68	Плавательная подготовка:	1		1	23.05	

	упражнения «Веселый дельфин», «Лягушонок»					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	68		

