

Календарно – тематическое планирование 2 «А» класс.

№	Дата		Кол-во часов	I четверть 24 ч. Лёгкая атлетика.	Домашние задание
	По плану	По факту		Тема урока	
1			1	Вводный инструктаж по технике безопасности на уроках физкультуры Беседа: Чистота одежды и обуви. Игра «Поймай мяч»	
2			1	Построение в колонну по одному. Ходьба по заданным направлениям, в заданном темпе. Игра.	
3			1	Перестроение в колонну по два. Ходьба по заданным направлениям, в заданном темпе. Игра.	
4			1	Комплекс общеразвивающих упражнений; упражнения с длинной гимнастической палкой.	
5			1	Перестроение в круг из шеренги. Ходьбе по прямой линий, на носках, на пятках, на внешнем, внутреннем своде стопы. Игра «Слушай сигнал».	
6			1	Выполнение ходьбы с сохранением правильной осанки. Прыжки с мягким приземлением на полусогнутые ноги Игра «У медведя во бору»	
7			1	Бег по прямой линии. Игра «Займи свое место».	
8			1	Поворот прыжком. Спрыгивание с высоты. Игра «Мяч в корзину».	
9			1	Прыжок на месте и прыжок на двух ногах с продвижением вперед. Игра «Найди свой флажок».	
10			1	Метание на дальность. Прыжок на двух ногах с продвижением вперед. Игра «Салки».	
11			1	Перебрасывание мяча друг другу. Игра «К своим флажкам».	
12			1	Обучение прыжкам на двух ногах с продвижением в разных направлениях. Перепрыгивание через препятствие. Игра «Попрыгунчики воробушки».	
13			1	Обучение прыжку в длину с места. Подвижная игра « Гуси - лебеди».	
14			1	Перепрыгивание через шнур. Прием и передача предметов по кругу. Игра «Совушка».	
15			1	Произвольное метание мячей в игре. Игра «Охотники и утки».	
16			1	Метание малого мяча с места в стену правой и левой рукой Игра «Меткий стрелок».	
17			1	Выполнение метания колец на шесты. Игра «Метко в цель».	
18			1	Броски мячей. Игра «Охотники и утки».	
19			1	Метание мешочков в вертикальную цель . Игра «Кошка и мышки»	
20			1	Ползанию на четвереньках с подлезанием. Игра «Кто быстрее?»	
21			1	Выпрыгивание вверх из положения стоя с приземлением. Эстафета с мячом.	
22			1	Выпрыгивание вверх из положения стоя с приземлением. Эстафета с ведением мяча.	
23			1	Урок подвижных игр.	
24			1	Итоговое тестирование.	По плану:24часа

№	Дата		Кол-во часов	II четверть. Гимнастика	Домашние задание
	По плану	По факту		Темы уроков	
25			1	Инструктаж безопасности на уроках физкультуры при занятиях гимнастикой. Ползание по гимнастической скамейке. Выпрыгивание вверх со скамейки.	
26			1	Строевые упражнения. Ходьба по гимнастической скамейке. Игра «Салки в кругу».	
27			1	Строевые упражнения. Игра «Салки в кругу».	
28			1	Ходьба и бег между предметами. Игра «Поймай мяч».	
29			1	Ходьба и бег между предметами. Игра «Поймай мяч».	
30			1	Прыжки через короткую скакалку на месте. Катание мяча. Игра «Класс смирно»	
31			1	Прыжки через короткую скакалку на месте. Катание мяча. Игра «Класс смирно»	
32			1	Выполнение упражнений для укрепления мышц спины и живота. Упражнение на Фитболе.	
33			1	Выполнение упражнений для укрепления мышц спины и живота. Упражнение на Фитболе.	
34			1	Выполнение упражнений для развития мышц рук и плечевого пояса. Упражнение на Фитболе	
35			1	Выполнение упражнений для развития мышц рук и плечевого пояса. Упражнение на Фитболе	
36			1	Разучивание комплекса упражнений с малыми мячами. Игра на внимание.	
37			1	Разучивание комплекса упражнений с гимнастическими палками. Игра на внимание.	
38			1	Выполнение упражнений для формирования правильной осанки и укрепления мышц туловища. Разучивание комплекса упражнений с большими мячами. Игра «Мяч соседу»	
39			1	Выполнение переползания на четвереньках по «Тонелю». Игра «Мяч соседу»	
40			1	Разучивание комплекса упражнений с большими мячами. Игра «Мяч соседу», « Совушка».	
41			1	Обучение ходьбе по гимнастической скамейке с различными положениями рук и ног. Игра «Рыболовы».	
42			1	Выполнение ходьбы по ориентирам, на полу. Ходьба на месте до 5 секунд. Игра «Рыболовы».	
43			1	Акробатическая комбинация. Стойка на лопатках. Перекаты в группировке. Игра с мячом.	
44			1	Акробатическая комбинация. Стойка на лопатках. Перекаты в группировке. Игра с мячом.	
45			1	Акробатическая комбинация. Стойка на лопатках. Перекаты в группировке. Игра с мячом.	
46			1	Лазание по наклонной скамейке. Игра «Охотники и утки»	
47			1	Урок подвижных игр.	
48			1	Итоговое тестирование.	По плану: 24 часа

№	Дата		Кол-во час	III четверть. Подвижные игры	Домашние задание
	По плану	По факту		Темы уроков	
49			1	Инструктаж безопасности на уроках физкультуры при занятиях подвижными играми.. Бег в медленном темпе до 30 с. Игра с мячом.	Прыжок в длину с места
50			1	Обучение комплексу упражнений с обручами. Способы лазанья по гимнастической стенке Игра «Иди прямо».	Прыжок в длину с места
51			1	Лазание по гимнастической стенке произвольным способом Метание в ориентир. Игра «Иди прямо».	Прыжок в длину с места
52			1	Лазание по гимнастической скамейке. Игра « Удочка».	Прыжок в длину с места
53			1	Лазание по гимнастической стенке Игра « Удочка».	Прыжок в длину с места
54			1	Прыжок с места вперед, назад. Разучивание игры «Кто быстрее».	Прыжок в длину с места
55			1	Прыжок с места вперед, назад. Повторение игры «Кто быстрее».	Выпрыгивание вверх из полного приседа
56			1	Прыжок в длину с двух шагов. Разучивание игры « Говорящий мяч»	Выпрыгивание вверх из полного приседа
57			1	Прыжок в длину с двух шагов. Повторение игры « Говорящий мяч»	Выпрыгивание вверх из полного приседа
58			1	Разучивание игры « Запрещенное движение»	Выпрыгивание вверх из полного приседа
59			1	Повторение игры « Запрещенное движение».	Выпрыгивание вверх из полного приседа
60			1	Разучивание игры «Карлики- Великаны»	Выпрыгивание вверх из полного приседа
61			1	Повторение игры «Карлики- Великаны»	Приседание на одной ноге
62			1	Разучивание игры «Гуси-лебеди»	Приседание на одной ноге
63			1	Повторение игры «Гуси-лебеди»	Приседание на одной ноге
64			1	Эстафета с преодолением препятствий «Кошка и мышки»	Приседание на одной ноге
65			1	Эстафета с преодолением препятствий «Кошка и мышки»	Приседание на одной ноге
66			1	Эстафета с мячом.	Приседание на одной ноге
67			1	Эстафета с мячом.	Прыжки через скакалку
68			1	Эстафета с преодолением препятствий. Игра «Салки с прыжками»	Прыжки через скакалку
69			1	Эстафета с преодолением препятствий. Игра «Салки с прыжками»	Прыжки через скакалку
70			1	Урок подвижных игр. Игра «метко в цель», игра «Перестрелка»	Прыжки через скакалку

71			1	Урок подвижных игр. Игра «метко в цель», игра «Перестрелка»	Прыжки через скакалку
72			1	Прыжки через короткую скакалку с продвижением вперёд Игра «У медведя во бору...».	Прыжки через скакалку
73			1	Метание мешочков в вертикальную цель. Игра «Найди предмет».	Прыжки через скакалку
74			1	Разучивание «Невод», « Пустое место».	Отжимание от пола
75			1	Повторение игры « Невод», « Пустое место».	Отжимание от пола
76			1	Разучивание игры « Шишки, желуди, орехи».	Отжимание от пола
77			1	Урок подвижных игр.	Отжимание от пола
78			1	Итоговое тестирование.	По плану: 30 час

	Дата		Кол-во час	IV четверть. Легкая атлетика.	Домашние задание
	По плану	По факту		Тема урока	
79			1	Инструктаж безопасности при занятиях лёгкой атлетикой. Бег на месте с высоким подниманием бедра.	Поднимание туловища
80			1	Ходьба с чередованием с бегом. Беговые и прыжковые упражнения. Игра на внимание.	Поднимание туловища
81			1	Бег на короткие дистанции до 10м. Метание мяча в вертикальную цель. Игра «Метко в цель».	Поднимание туловища
82			1	Прыжки в длину с места. Игра «Меткий стрелок».	Поднимание туловища
83			1	Упражнения на развитие координации и равновесия. Игры для развития координационных способностей. Игра «Съедобное и несъедобное».	Поднимание туловища
84			1	Прыжки из обруча в обруч . Подвижные игры с мячом.	Поднимание туловища
85			1	Метание набивного мяча. Подвижная игра «У медведя во бору».	Прыжки через скакалку
86			1	Прыжкам на двух ногах на месте с продвижением в разных направлениях и перепрыгивание через препятствие.	Прыжки через скакалку
87			1	Метание малого мяча. Игры с мячом «Попробуй - отбери!», «Мяч по кругу», «Попади в круг».	Прыжки через скакалку
88			1	Обучение прыжку в длину с места. Подвижная игра « Гуси - лебеди».	Прыжки через скакалку
89			1	Обучение прыжку в длину с места. Подвижная игра « Гуси - лебеди».	Прыжки через скакалку
90			1	Повторение правильному захвату для выполнения метания. Прием и передача предметов в шеренге, по кругу, в колонне.	Прыжки через скакалку
91			1	Выполнения метания малого мяча в вертикальную цель. Прием и передача предметов в шеренге, по кругу, в колонне.	Приседание на одной ноге

92			1	Выполнения метания малого мяча в вертикальную цель. Прием и передача предметов в шеренге, по кругу, в колонне.	Приседание на одной ноге
93			1	Броски и ловле мячей. Произвольное метание мячей в игре.	Приседание на одной ноге
94			1	Броски и ловле мячей. Произвольное метание мячей в игре.	Приседание на одной ноге
95			1	Метанию с места малого мяча в стену правой и левой рукой. Выполнение метания колец на шести.	Приседание на одной ноге
96			1	Метанию с места малого мяча в стену правой и левой рукой. Выполнение метания колец на шести.	Приседание на одной ноге
97			1	Метание мяча на дальность. Игра «Догони мяч».	Прыжок в длину с места
98			1	Метание мяча на дальность. Игра «Догони мяч».	Прыжок в длину с места
99			1	Прыжок в длину с места. Метание малого мяча в вертикальную неподвижную мишень	Прыжок в длину с места
100			1	Прыжок в длину с места. Метание малого мяча в вертикальную неподвижную мишень	Прыжок в длину с места
101			1	Прыжки в длину с разбега .Игра «Зайцы в огороде»	Прыжок в длину с места
102			1	Прыжки в длину с разбега .Игра «С кочки на кочку».	Прыжок в длину с места
103			1	Эстафета с кеглями. «Сбей кеглю!».	Отжимание от пола
104			1	Эстафета с кеглями. «Кто быстрее»	Отжимание от пола
105			1	Итоговое тестирование.	Итого: 27час