

Тематическое планирование учебного предмета
«Физическая культура»
2 класс

№	Наименование тем	Количество часов
1	Техника безопасности. Правила поведения на улице. Теоретическая часть.	1ч
2	Легкая атлетика. Бег с ускорением. Техника бега. Практическая часть.	1ч
3	Легкая атлетика. Сдача контрольного норматива. Бег 20 м. Практическая часть.	1ч
4	Легкая атлетика. Сдача контрольного норматива. Бег 30 м. Практическая часть.	1ч
5	Легкая атлетика. Сдача контрольного норматива. Бег 60 м. Практическая часть.	1ч
6	Легкая атлетика. Метание малого мяча. Технические действия. Практическая часть.	1ч
7	Легкая атлетика. Бег 3000 м. Без учета времени. Практическая часть.	1ч
8	Легкая атлетика. Челночный бег 3*10 м. Технические действия. Практическая часть.	1ч
9	Легкая атлетика. Челночный бег 4*10 м. Технические действия. Практическая часть.	1ч
10	Легкая атлетика. Эстафета N*300. Техничко-тактические взаимодействия. Практическая часть.	1ч
11	Легкая атлетика. Бег на 1000 м. Сдача контрольного норматива. Практическая часть.	1ч
12	Легкая атлетика. Бег на 500 м. Сдача контрольного норматива. Практическая часть.	1ч
13	Легкая атлетика. Прыжки в длину с места. Сдача контрольного норматива. Практическая часть.	1ч
14	Легкая атлетика. Метание малого мяча лежа. Технические действия. Практическая часть.	1ч
15	Легкая атлетика. Эстафета 4*100 м. Командные взаимодействия. Техничко-тактические действия. Практическая часть.	1ч
16	Легкая атлетика. Бег 2000 м. Без учета времени. Практическая часть.	1ч
17	Техника безопасности. Правила поведения в спортзале. Теоретическая часть.	1ч
18	Подготовительный процесс к сдаче норм ГТО. Упражнения на гибкость и растяжку. Практическая и теоретическая части.	1ч
19	Игровые виды спорта. Пионербол. Освоение базовых элементов	1ч

	игры. Работа с мячами в парах. Практическая часть	
20	Легкая атлетика. Прыжки в длину с места. Теоретическая и практическая части.	1ч
21	Игровые виды спорта. Пионербол. Передача мяча в тройках. Практическая часть.	1ч
22	Игровые виды спорта. Пионербол. Передача мяча через сетку в парах. Практическая часть.	1ч
23	Игровые виды спорта. Пионербол. Правила одноименной игры. Теоретическая часть.	1ч
24	Игровые виды спорта. Пионербол. Учебная игра по упрощенным правилам. Практическая часть.	1ч
25	Игровые виды спорта. Пионербол. Игровая практика по основным правилам.	1ч
26	Игровые вида спорта. Пионербол. Командные взаимодействия. Практическая часть.	1ч
27	Игровые виды спорта. Пионербол. Совершенствование элементов игры. Практическая часть.	1ч
28	Гимнастика. Техника безопасности на уроках физической культуры. Теоретическая часть.	1ч
29	Строевая подготовка. Строевые приемы на месте. Практическая часть.	1ч
30	Сдача норм ГТО. Прыжок в длину с места. Практическая часть.	1ч
31	Гимнастика. Мост. Кувырок вперед. Выполнение физических упражнений. Практическая часть.	1ч
32	Гимнастика. Ходьба по бревну. Выполнение физических упражнений. Практическая часть.	1ч
33	Гимнастика. Акробатическая комбинация. Выполнение физических упражнений. Практическая часть.	1ч
34	Гимнастика. Стойка на лопатках. Выполнение физических упражнений. Практическая часть.	1ч
35	Гимнастика. ОРУ с гимнастическими палками. Выполнение физических упражнений. Практическая часть.	1ч
36	Гимнастика. ОФП. Упражнения на равновесие. Висы. Практическая часть.	1ч
37	Гимнастика. ОРУ с обручем. Выполнение физических упражнений. Практическая часть.	1ч
38	Гимнастическая эстафета. Выполнение физических упражнений. Практическая часть.	1ч
39	Гимнастика. ОРУ с мячами. Подтягивание. Практическая часть.	1ч
40	Гимнастика. Вис на гимнастической стенке. Выполнение физических упражнений.	1ч
41	Гимнастика. Перелезание и переползание. Выполнение физических упражнений.	1ч
42	Гимнастика. Лазание по канату в 2 приема. Практическая часть.	1ч
43	Гимнастика. Лазание по канату в 3 приема. Практическая часть.	1ч

44	Гимнастика. Опорный прыжок. Практическая часть.	1ч
45	Гимнастика. Прыжок через козла на маты. Практическая часть.	1ч
46	Гимнастика. Вскок в упор на коленях. Практическая часть.	1ч
47	Гимнастика. Прыжки со скакалкой. Выполнение физических упражнений. Практическая часть.	1ч
48	Гимнастика. Вскок, соскок прогнувшись. Выполнение физических упражнений.	1ч
49	Гимнастика. Преодоление полосы препятствий. Практическая часть.	1ч
50	Гимнастика. Гимнастическая эстафета с фитболом. Практическая часть.	1ч
51	Лыжная подготовка. Инструктаж по технике безопасности. Теоретическая часть.	1ч
52	Лыжная подготовка. Значение занятий лыжным спортом. Теоретическая часть	1ч
53	Лыжная подготовка. Скользящий шаг без палок. Обморожение. Теоретическая и практическая части.	1ч
54	Лыжная подготовка. Скользящий шаг с палками. Практическая часть.	1ч
55	Лыжная подготовка. Техника передвижения и торможения. Теоретическая и практическая части.	1ч
56	Лыжная подготовка. Техника передвижения и торможения на лыжах. Практическая часть.	1ч
57	Лыжная подготовка. Учет навыков спуска со склона. Практическая часть.	1ч
58	Лыжная подготовка. Преодоление дистанции 1,5 км. Практическая часть.	1ч
59	Лыжная подготовка. Преодоление дистанции 1,5 км со средней скоростью. Практическая часть.	1ч
60	Лыжная подготовка. Попеременный двухшажный ход без палок. Практическая часть.	1ч
61	Лыжная подготовка. Попеременный двухшажный ход с палками. Практическая часть.	1ч
62	Лыжная подготовка. Одновременный двухшажный ход. Практическая часть.	1ч
63	Лыжная подготовка. Одновременный двухшажный ход со спуском. Практическая часть.	1ч
64	Лыжная подготовка. Преодоление дистанции 2 км. Практическая часть.	1ч
65	Лыжная подготовка. Передвижение лыжными ходами. Практическая часть.	1ч
66	Лыжная подготовка. Передвижение лыжными ходами со спуском. Практическая часть.	1ч
67	Лыжная подготовка. Техника подъёма "лесенкой". Практическая часть.	1ч
68	Лыжная подготовка. Техника подъёма "полуёлочкой". Практическая	1ч

	часть.	
69	Лыжная подготовка. Техника передвижения на лыжах. Практическая часть.	1ч
70	Лыжная подготовка. Совершенствование техники передвижения на лыжах. Практическая часть.	1ч
71	Лыжная подготовка. Техника передвижения на лыжах 1. Практическая часть.	1ч
72	Лыжная подготовка. Ходьба на лыжах по пересеченной местности. Практическая часть.	1ч
73	Лыжная подготовка. Ходьба на лыжах по пересеченной местности-2. Практическая часть.	1ч
74	Лыжная подготовка. Техника передвижения на лыжах со сменой ходов. Практическая часть.	1ч
75	Лыжная подготовка. Соревнования. Дистанция 1 км. Практическая часть.	1ч
76	Лыжная подготовка. Эстафета на лыжах пх200 м. Практическая часть.	1ч
77	Лыжная подготовка. Встречная эстафета. Практическая часть.	1ч
78	Лыжная подготовка. Дистанция 1,5 км. Практическая часть.	1ч
79	Лыжная подготовка. Дистанция 2 км. Практическая часть.	1ч
80	Лыжная подготовка. Эстафета на лыжах. Практическая часть.	1ч
81	Техника безопасности на уроках по легкой атлетике. Теоретическая часть.	1ч
82	Игровые виды спорта. Пионербол. Верхняя и нижняя передача мяча. Практическая часть.	1ч
83	Игровые виды спорта. Пионербол. Верхняя и нижняя передача мяча над собой. Практическая часть.	1ч
84	Игровые виды спорта. Правила игры в пионербол. Теоретическая часть.	1ч
85	Игровые виды спорта. Пионербол. Учебная игра в пионербол. Практическая часть.	1ч
86	Игровые виды спорта. Игра в пионербол. Игровая практика.	1ч
87	Пионербол. Верхняя передача мяча в парах. Практическая часть.	1ч
88	Пионербол. Нижняя передача мяча в парах. Практическая часть.	1ч
89	Учебная игра в пионербол. Игровая практика.	1ч
90	Пионербол. Верхняя и нижняя передача мяча в кругу. Практическая часть.	1ч
91	Игра в минигандбол. Практическая часть.	1ч
92	Пионербол. Передача мяча через сетку. Практическая часть.	1ч
93	Пионербол. Передача мяча в парах. Практическая часть.	1ч
94	Игровые виды спорта. Пионербол. Игра 2х2. Практическая часть.	1ч
95	Техника безопасности на стадионе. Теоретическая часть.	1ч
96	Легкая атлетика. Бег 20 м. и 30 м. Практическая часть.	1ч
97	Легкая атлетика. Бег 60 м. Практическая часть.	1ч

98	Прыжок в длину с места. Практическая часть.	1ч
99	Тройной прыжок с места. Практическая часть.	1ч
100	Прыжок в высоту. Теория и практика.	1ч
101	Бросок теннисного мяча в цель. Практика.	1ч
102	Бросок теннисного мяча в даль. Практика.	1ч
ИТОГО		102ч