

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство общего и профессионального образования Ростовской области
Управление образования Ростова-на-Дону
МБОУ «Школа № 106»

Рассмотрено
на заседании ПС
Протокол № 1
от 31.08.2023

Согласовано
на заседании МС
Протокол № 1
от 31.08.2023

Утверждено
Директор МБОУ «Школа №106»
Тарабановский А.Б.
Приказ № 431 от 31.08.2023

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 1135648)

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

(предмет)

Уровень образования: начальное общее образование

Учитель: Арутюнян Елена Вячеславовна

Класс:

Ростов-на-Дону
2023 – 2024 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Программа по физической культуре разработана с учётом потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе по физической культуре отражены объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей обучающихся, педагогических работников на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе обучающихся. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре на уровне начального общего образования является формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья обучающихся, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у обучающихся необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности.

Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультурминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки обучающихся к выполнению комплекса ГТО в структуру программы по физической культуре в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы обучающихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» обеспечивается программами по видам спорта, которые могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой

материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Образовательные организации могут разрабатывать своё содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

Содержание программы по физической культуре изложено по годам обучения и раскрывает основные её содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Знания о физической культуре», «Способы самостоятельной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

Результативность освоения учебного предмета обучающимися достигается посредством современных научно обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Общее число часов для изучения физической культуры на уровне начального общего образования составляет -66 часов: во 2 классе – 66 часа (2 часа в неделю).

Рабочая программа по физической культуре разработана с учетом рабочей программы воспитания (модуль «Урочная деятельность»):

<u>Сентябрь</u>	Классы	Ориентировочное время проведения	Ответственные
Дела, события, мероприятия			
Организация наставничества успевающих обучающихся над неуспевающими	5-9	В течение года	Классный руководитель, учителя-предметники, ученическое самоуправление
Вовлечение учащихся в конкурсную активность, олимпиады	5-9	В течение года	Учителя-предметники

День знаний	5-9	1	Учителя-предметники
Всероссийский открытый урок «ОБЖ» (урок подготовки детей к действиям в условиях различного рода чрезвычайных ситуаций)	5-9	1	Учитель-предметник/ОБЖ
Неделя безопасности дорожного движения	5-9	25-29	Учитель-предметник/ОБЖ
<u>Октябрь</u>			
Всероссийский открытый урок «ОБЖ» (приуроченный ко Дню гражданской обороны Российской Федерации)	5-9	4	Учитель-предметник/ОБЖ
<u>Декабрь</u>			
Международный день инвалидов	5-9	3	Учителя-предметники
<u>Февраль</u>			
День защитника Отечества	5-9	23	Учителя-предметники
<u>Март</u>			
Всемирный день иммунитета	5-9	1	Учителя физической культуры
Всероссийский открытый урок «ОБЖ» (приуроченный к празднованию Всемирного дня гражданской обороны)	5-9	1	Учитель-предметник/ОБЖ
<u>Апрель</u>			
Всероссийский открытый урок «ОБЖ» (день пожарной охраны)	5-9	30	Учитель-предметник/ОБЖ
<u>Май</u>			
Международный день семьи	5-9	15	Учителя-предметники

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

2 КЛАСС

Знания о физической культуре

Из истории возникновения физических упражнений и первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр древности.

Способы самостоятельной деятельности

Физическое развитие и его измерение. Физические качества человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация и способы их измерения. Составление дневника наблюдений по физической культуре.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Закаливание организма обтиранием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для занятий в домашних условиях.

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики

Правила поведения на занятиях гимнастикой и акробатикой. Строевые команды в построении и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении. Передвижение в колонне по одному с равномерной и изменяющейся скоростью движения.

Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений. Прыжки со скакалкой на двух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и наклоны с мячом в руках. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

Лёгкая атлетика

Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полёта. Прыжок в высоту с прямого разбега. Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений, змейкой, по кругу, обеганием предметов, с преодолением небольших препятствий.

Подвижные игры

Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (баскетбол, футбол).

Прикладно-ориентированная физическая культура

Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр.

Ритмические и хореографические упражнения

Программа по ритмике состоит из четырёх разделов:

- Упражнения на ориентировку в пространстве
- Ритмико-гимнастические упражнения
- Игры под музыку
- Танцевальные упражнения

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть учащиеся, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.

На каждом уроке осуществляется работа по всем разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков.

В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений.

Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ. Причем, учитель

должен сказать название, которое определяло бы характер движения. Например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: будете двигаться, а не бегать, прыгать, шагать).

После того как ученики научатся самостоятельно изображать повадки различных животных и птиц, деятельность людей, можно вводить инсценирование песен.

Обучению младших школьников танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего — с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко.

Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадриль, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.).

Исполнение танцев разных народов приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения во 2 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
- понимать связь между закаливающими процедурами и укреплением здоровья;
- выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных физических качеств, приводить примеры и демонстрировать их выполнение;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;
- вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного);
- исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;
- делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки, занятия лыжной и плавательной подготовкой);

- выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим обучающимся;
- контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

2 КЛАСС

К концу обучения во **2 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
- измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;
- выполнять броски малого (теннисного) мяча в мишень из разных исходных положений и разными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасывании его с руки на руку, перекачиванию;
- демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямого разбега;
- передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом, спускаться с пологого склона и тормозить падением;
- организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- – выполнять упражнения на развитие физических качеств.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2 А КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольн ые работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2			Теория и практика физической культуры" http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2006N6/Index.htm Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс». Предмет «Физическая культура». http://www.openclass.ru/sub http://www.sportreferats.narod.ru/ - Рефераты на спортивную тематику.
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Физическое развитие и его измерение	5			Теория и практика физической культуры" http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2006N6/Index.htm Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс». Предмет «Физическая культура». http://www.openclass.ru/sub http://www.sportreferats.narod.ru/ - Рефераты на спортивную тематику.
Итого по разделу		5			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					

Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	1			http://www.infosport.ru/press/fkvot/ - Физическая культура: воспитание,.
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	1			http://www.infosport.ru/press/fkvot/ - Физическая культура: воспитание,
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	5			http://www.infosport.ru/press/fkvot/ - Физическая культура: воспитание,.
2.2	Легкая атлетика	7			http://www.infosport.ru/press/fkvot/ - Физическая культура: воспитание,
2.3	Подвижные игры	9			http://www.infosport.ru/press/fkvot/ - Физическая культура: воспитание,
Итого по разделу		21			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	4			Теория и практика физической культуры" http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2006N6/Index.htm Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс». Предмет «Физическая культура». http://www.openclass.ru/sub http://www.sportreferats.narod.ru/ - Рефераты на спортивную тематику.
Итого по разделу		10			

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34	0	0	
--	----	---	---	--

Календарно-тематическое планирование

2 А КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Дата изучения	Домашнее задание	Примечание
1	Что такое «Ритмика»? Основные понятия. Слушание музыки	01.09	Без задания	
2	История подвижных игр и соревнований у древних народов	06.09	Без задания	
3	Ориентировка в пространстве. Основные движения под музыку: разные виды шага (бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, мягкий, пружинящий)	08.09	Без задания	
4	Зарождение Олимпийских игр Современные Олимпийские игры	13.09	Без задания	
5	Игры под музыку	15.09	Без задания	
6	Физическое развитие Физические качества	20.09	Без задания	
7	Ориентировка в пространстве. Основные движения под музыку: разные виды шага (бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, мягкий, пружинящий)	22.09	Без задания	
8	Сила как физическое качество Гибкость как физическое качество	27.09	Без задания	
9	Общеразвивающие упражнения	29.09	Без задания	
10	Быстрота как физическое качество Выносливость как физическое качество	04.10	Без задания	
11	Общеразвивающие упражнения	06.10	Без задания	

12	Развитие координации движений	11.10	Без задания	
13	Основные движения под музыку: виды бега (лёгкий, на носочках, энергичный, стремительный).	13.10	Без задания	
14	Дневник наблюдений по физической культуре	18.10	Без задания	
15	Движения на развитие координации. Бег и подскоки.	20.10	Без задания	
16	Закаливание организма	25.10	Без задания	
17	Ритм, ритмический рисунок. Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг (хоровод, хороводные перестроения) 2/4, в линию (шеренга), в колонну 4/4, квадрат 2/4, клин 4/4.	27.10	Без задания	
18	Утренняя зарядка Составление комплекса утренней зарядки	08.11	Без задания	
19	Игры под музыку	10.11	Без задания	
20	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	15.11	Без задания	
21	Общеразвивающие упражнения без предметов	17.11	Без задания	
22	Строевые упражнения и команды	22.11	Без задания	
23	Ритм, ритмический рисунок. Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг (хоровод, хороводные перестроения) 2/4, в линию (шеренга), в колонну 4/4, квадрат 2/4, клин 4/4.	24.11	Без задания	
24	Прыжковые упражнения	29.11	Без задания	
25	Игры под музыку. Танцевальные импровизации. Постановка танцевальной композиции	01.12	Без задания	
26	Гимнастическая разминка Ходьба на гимнастической скамейке	06.12	Без задания	
27	Виды хлопков. Гимнастика для развития мышц и суставов плеч, рук, кистей, головы. Прыжки на 180° и	08.12	Без задания	

	обратно.			
28	Упражнения с гимнастической скакалкой Упражнения с гимнастическим мячом	13.12	Без задания	
29	Общеразвивающие упражнения без предметов	15.12	Без задания	
30	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	20.12	Без задания	
31	Упражнения на развитие осанки	22.12	Без задания	
32	Броски мяча в неподвижную мишень	27.12	Без задания	
33	Упражнения для улучшения гибкости	29.12	Без задания	
34	Сложно координированные прыжковые упражнения	10.01	Без задания	
35	Ритмико-гимнастические упражнения	12.01	Без задания	
36	Прыжок в высоту с прямого разбега	17.01	Без задания	
37	Общеразвивающие упражнения без предметов	19.01	Без задания	
38	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	24.01	Без задания	
39	Общеразвивающие упражнения с предметами	26.01	Без задания	
40	Бег с поворотами и изменением направлений	31.01	Без задания	
41	Общеразвивающие упражнения с предметами	02.02	Без задания	
42	Сложно координированные беговые упражнения	07.02	Без задания	
43	Образные движения. Развитие «мышечного чувства»: расслабление и напряжение мышц корпуса, рук и ног.	09.02	Без задания	
44	Подвижные игры с приемами спортивных игр	14.02	Без задания	
45	Упражнения на развитие осанки	16.02	Без задания	
46	Игры с приемами баскетбола	21.02	Без задания	
47	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	28.02	Без задания	
48	Упражнения на развитие осанки	01.03	Без задания	

49	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	06.03	Без задания	
50	Прием «волна» в баскетболе	13.03	Без задания	
51	Ритмико-гимнастические упражнения. Игровые этюды	15.03	Без задания	
52	Игры с приемами футбола: метко в цель	20.03	Без задания	
53	Упражнения для улучшения гибкости	22.03	Без задания	
54	Гонка мячей и слалом с мячом	03.04	Без задания	
55	Подвижные игры. Образные танцы (игровые)	05.04	Без задания	
56	Футбольный бильярд Бросок ногой	10.04	Без задания	
57	Общеразвивающие упражнения	12.04	Без задания	
58	Подвижные игры на развитие равновесия	17.04	Без задания	
59	Подвижные игры. Образные танцы (игровые)	19.04	Без задания	
60	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	24.04	Без задания	
61	Упражнения на развитие осанки	26.04	Без задания	
62	Танцевальные упражнения. Постановка танцевальной композиции	03.05	Без задания	
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	08.05	Без задания	
64	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	15.05	Без задания	
65	Репетиция танца	17.05	Без задания	
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой	22.05	Без задания	

	перекладине 90см. Эстафеты			
67	Репетиция танца	24.05	Без задания	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	66			

За год	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	Всего
Всего	16	16	20	14	66
Контрольные работы	-	-	-	-	-
Проверочные работы	-	-	-	-	-

Календарно-тематическое планирование

2 Б КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Дата изучения	Домашнее задание	Примечание
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов	05.09	Без задания	
2	Что такое «Ритмика»? Основные понятия. Слушание музыки	06.09	Без задания	
3	Зарождение Олимпийских игр Современные Олимпийские игры	12.09	Без задания	
4	Ориентировка в пространстве. Основные движения под музыку: разные виды шага (бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, мягкий, пружинящий)	13.09	Без задания	

5	Физическое развитие Физические качества	19.09	Без задания	
6	Игры под музыку	20.09	Без задания	
7	Сила как физическое качество Гибкость как физическое качество	26.09	Без задания	
8	Ориентировка в пространстве. Основные движения под музыку: разные виды шага (бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, мягкий, пружинящий)	27.09	Без задания	
9	Быстрота как физическое качество Выносливость как физическое качество	03.10	Без задания	
10	Общеразвивающие упражнения	04.10	Без задания	
11	Развитие координации движений	10.10	Без задания	
12	Общеразвивающие упражнения	11.10	Без задания	
13	Дневник наблюдений по физической культуре	17.10	Без задания	
14	Основные движения под музыку: виды бега (лёгкий, на носочках, энергичный, стремительный).	18.10	Без задания	
15	Закаливание организма	24.10	Без задания	
16	Движения на развитие координации. Бег и подскоки.	25.10	Без задания	
17	Утренняя зарядка Составление комплекса утренней зарядки	07.11	Без задания	
18	Ритм, ритмический рисунок. Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг (хоровод, хороводные перестроения) 2/4, в линию (шеренга), в колонну 4/4, квадрат 2/4, клин 4/4.	08.11	Без задания	
19	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	14.11	Без задания	
20	Игры под музыку	15.11	Без задания	

21	Строевые упражнения и команды	21.11	Без задания	
22	Общеразвивающие упражнения без предметов	22.11	Без задания	
23	Прыжковые упражнения	28.11	Без задания	
24	Ритм, ритмический рисунок. Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг (хоровод, хороводные перестроения) 2/4, в линию (шеренга), в колонну 4/4, квадрат 2/4, клин 4/4.	29.11	Без задания	
25	Гимнастическая разминка Ходьба на гимнастической скамейке	05.12	Без задания	
26	Игры под музыку. Танцевальные импровизации. Постановка танцевальной композиции.	06.12	Без задания	
27	Упражнения с гимнастической скакалкой Упражнения с гимнастическим мячом	12.12	Без задания	
28	Виды хлопков. Гимнастика для развития мышц и суставов плеч, рук, кистей, головы. Прыжки на 180° и обратно.	13.12	Без задания	
29	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	19.12	Без задания	
30	Общеразвивающие упражнения без предметов	20.12	Без задания	
31	Броски мяча в неподвижную мишень	26.12	Без задания	
32	Упражнения на развитие осанки	27.12	Без задания	
33	Сложно координированные прыжковые упражнения	09.01	Без задания	
34	Упражнения для улучшения гибкости	10.01	Без задания	
35	Прыжок в высоту с прямого разбега	16.01	Без задания	
36	Ритмико-гимнастические упражнения	17.01	Без задания	
37	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	23.01	Без задания	
38	Общеразвивающие упражнения без предметов	24.01	Без задания	

39	Бег с поворотами и изменением направлений	30.01	Без задания	
40	Общеразвивающие упражнения с предметами	31.01	Без задания	
41	Сложно координированные беговые упражнения	06.02	Без задания	
42	Общеразвивающие упражнения с предметами	07.02	Без задания	
43	Подвижные игры с приемами спортивных игр	13.02	Без задания	
44	Образные движения. Развитие «мышечного чувства»: расслабление и напряжение мышц корпуса, рук и ног.	14.02	Без задания	
45	Игры с приемами баскетбола	20.02	Без задания	
46	Упражнения на развитие осанки	21.02	Без задания	
47	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	27.02	Без задания	
48	Упражнения на развитие осанки	28.02	Без задания	
49	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	05.03	Без задания	
50	Ритмико-гимнастические упражнения. Игровые этюды	06.03	Без задания	
51	Прием «волна» в баскетболе	12.03	Без задания	
52	Упражнения для улучшения гибкости	13.03	Без задания	
53	Игры с приемами футбола: метко в цель	19.03	Без задания	
54	Подвижные игры. Образные танцы (игровые)	20.03	Без задания	
55	Гонка мячей и слалом с мячом	02.04	Без задания	
56	Общеразвивающие упражнения	03.04	Без задания	
57	Футбольный бильярд Бросок ногой	09.04	Без задания	
58	Подвижные игры. Образные танцы (игровые)	10.04	Без задания	
59	Подвижные игры на развитие равновесия	16.04	Без задания	
60	Упражнения на развитие осанки	17.04	Без задания	
61	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление	23.04	Без задания	

	здоровья через ВФСК ГТО			
62	Танцевальные упражнения. Постановка танцевальной композиции	24.04	Без задания	
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	07.05	Без задания	
64	Репетиция танца	08.05	Без задания	
65	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	14.05	Без задания	
66	Репетиция танца	15.05	Без задания	
67	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	21.05	Без задания	
68	Урок-смотр знаний	22.05	Без задания	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВ О ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68			

За год	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	Всего
Всего	16	16	22	14	68
Контрольные работы	-	-	-	-	-
Проверочные работы	-	-	-	-	-

Календарно-тематическое планирование

2 В КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Дата изучения	Домашнее задание	Примечание
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов	04.09	Без задания	
2	Что такое «Ритмика»? Основные понятия. Слушание музыки	05.09	Без задания	
3	Зарождение Олимпийских игр Современные Олимпийские игры	11.09	Без задания	
4	Ориентировка в пространстве. Основные движения под музыку: разные виды шага (бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, мягкий, пружинящий)	12.09	Без задания	
5	Физическое развитие Физические качества	18.09	Без задания	
6	Игры под музыку	19.09	Без задания	
7	Сила как физическое качество Гибкость как физическое качество	25.09	Без задания	
8	Ориентировка в пространстве. Основные движения под музыку: разные виды шага (бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, мягкий, пружинящий)	26.09	Без задания	
9	Быстрота как физическое качество Выносливость как физическое качество	02.10	Без задания	
10	Общеразвивающие упражнения	03.10	Без задания	
11	Развитие координации движений	09.10	Без задания	

12		10.10	Без задания	
13	Дневник наблюдений по физической культуре	16.10	Без задания	
14	Основные движения под музыку: виды бега (лёгкий, на носочках, энергичный, стремительный).	17.10	Без задания	
15	Закаливание организма	23.10	Без задания	
16	Движения на развитие координации. Бег и подскоки.	24.10	Без задания	
17	Ритм, ритмический рисунок. Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг (хоровод, хороводные перестроения) 2/4, в линию (шеренга), в колонну 4/4, квадрат 2/4, клин 4/4.	07.11	Без задания	
18	Утренняя зарядка Составление комплекса утренней зарядки	13.11	Без задания	
19	Игры под музыку	14.11	Без задания	
20	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	20.11	Без задания	
21	Общеразвивающие упражнения без предметов	21.11	Без задания	
22	Строевые упражнения и команды	27.11	Без задания	
23	Ритм, ритмический рисунок. Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг (хоровод, хороводные перестроения) 2/4, в линию (шеренга), в колонну 4/4, квадрат 2/4, клин 4/4.	28.11	Без задания	
24	Прыжковые упражнения	04.12	Без задания	
25	Игры под музыку. Танцевальные импровизации. Постановка танцевальной композиции	05.12	Без задания	
26	Гимнастическая разминка Ходьба на гимнастической скамейке	11.12	Без задания	
27	Виды хлопков. Гимнастика для развития мышц и суставов плеч, рук, кистей, головы. Прыжки на 180° и обратно.	12.12	Без задания	

28	Упражнения с гимнастической скакалкой Упражнения с гимнастическим мячом	18.12	Без задания	
29	Общеразвивающие упражнения без предметов	19.12	Без задания	
30	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	25.12	Без задания	
31	Упражнения на развитие осанки	26.12	Без задания	
32	Упражнения для улучшения гибкости	09.01	Без задания	
33	Броски мяча в неподвижную мишень	15.01	Без задания	
34	Ритмико-гимнастические упражнения	16.01	Без задания	
35	Сложно координированные прыжковые упражнения	22.01	Без задания	
36	Общеразвивающие упражнения без предметов	23.01	Без задания	
37	Прыжок в высоту с прямого разбега	29.01	Без задания	
38	Общеразвивающие упражнения с предметами	30.01	Без задания	
39	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	05.02	Без задания	
40	Общеразвивающие упражнения с предметами	06.02	Без задания	
41	Бег с поворотами и изменением направлений	12.02	Без задания	
42	Образные движения. Развитие «мышечного чувства»: расслабление и напряжение мышц корпуса, рук и ног.	13.02	Без задания	
43	Сложно координированные беговые упражнения	19.02	Без задания	
44	Упражнения на развитие осанки	20.02	Без задания	
45	Подвижные игры с приемами спортивных игр	26.02	Без задания	
46	Упражнения на развитие осанки	27.02	Без задания	
47	Игры с приемами баскетбола	04.03	Без задания	
48	Ритмико-гимнастические упражнения. Игровые этюды	05.03	Без задания	
49	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	11.03	Без задания	

50	Упражнения для улучшения гибкости	12.03	Без задания	
51	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	18.03	Без задания	
52	Подвижные игры. Образные танцы (игровые)	19.03	Без задания	
53	Прием «волна» в баскетболе	01.04	Без задания	
54	Общеразвивающие упражнения	02.04	Без задания	
55	Игры с приемами футбола: метко в цель	08.04	Без задания	
56	Подвижные игры. Образные танцы (игровые)	09.04	Без задания	
57	Гонка мячей и слалом с мячом	15.04	Без задания	
58	Упражнения на развитие осанки	16.04	Без задания	
59	Футбольный бильярд Бросок ногой	22.04	Без задания	
60	Танцевальные упражнения. Постановка танцевальной композиции	23.04	Без задания	
61	Подвижные игры на развитие равновесия	27.04	Без задания	
62	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	06.05	Без задания	
63	Репетиция танца	07.05	Без задания	
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	13.05	Без задания	
65	Репетиция танца	14.05	Без задания	
66	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	20.05	Без задания	
67	Урок-смотр знаний	21.05	Без задания	
ОБЩЕЕ	67			

КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ						
	За год	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	Всего
	Всего	16	15	21	15	67
	Контрольные работы	-	-	-	-	-
	Проверочные работы	-	-	-	-	-

Календарно-тематическое планирование

2 Г КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Дата изучения	Домашнее задание	Примечание
1	Что такое «Ритмика»? Основные понятия. Слушание музыки	01.09	Без задания	
2	История подвижных игр и соревнований у древних народов	06.09	Без задания	
3	Ориентировка в пространстве. Основные движения под музыку: разные виды шага (бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, мягкий, пружинящий)	08.09	Без задания	
4	Зарождение Олимпийских игр Современные Олимпийские игры	13.09	Без задания	
5	Игры под музыку	15.09	Без задания	
6	Физическое развитие Физические качества	20.09	Без задания	
7	Ориентировка в пространстве. Основные движения под музыку: разные виды шага (бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, мягкий, пружинящий)	22.09	Без задания	
8	Сила как физическое качество Гибкость как физическое качество	27.09	Без задания	
9	Общеразвивающие упражнения	29.09	Без задания	
10	Быстрота как физическое качество Выносливость как физическое качество	04.10	Без задания	
11	Общеразвивающие упражнения	06.10	Без задания	

12	Развитие координации движений	11.10	Без задания	
13	Основные движения под музыку: виды бега (лёгкий, на носочках, энергичный, стремительный).	13.10	Без задания	
14	Дневник наблюдений по физической культуре	18.10	Без задания	
15	Движения на развитие координации. Бег и подскоки.	20.10	Без задания	
16	Закаливание организма	25.10	Без задания	
17	Ритм, ритмический рисунок. Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг (хоровод, хороводные перестроения) 2/4, в линию (шеренга), в колонну 4/4, квадрат 2/4, клин 4/4.	27.10	Без задания	
18	Утренняя зарядка Составление комплекса утренней зарядки	08.11	Без задания	
19	Игры под музыку	10.11	Без задания	
20	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	15.11	Без задания	
21	Общеразвивающие упражнения без предметов	17.11	Без задания	
22	Строевые упражнения и команды	22.11	Без задания	
23	Ритм, ритмический рисунок. Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг (хоровод, хороводные перестроения) 2/4, в линию (шеренга), в колонну 4/4, квадрат 2/4, клин 4/4.	24.11	Без задания	
24	Прыжковые упражнения	29.11	Без задания	
25	Игры под музыку. Танцевальные импровизации. Постановка танцевальной композиции	01.12	Без задания	
26	Гимнастическая разминка Ходьба на гимнастической скамейке	06.12	Без задания	
27	Виды хлопков. Гимнастика для развития мышц и суставов плеч, рук, кистей, головы. Прыжки на 180° и	08.12	Без задания	

	обратно.			
28	Упражнения с гимнастической скакалкой Упражнения с гимнастическим мячом	13.12	Без задания	
29	Общеразвивающие упражнения без предметов	15.12	Без задания	
30	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	20.12	Без задания	
31	Упражнения на развитие осанки	22.12	Без задания	
32	Броски мяча в неподвижную мишень	27.12	Без задания	
33	Упражнения для улучшения гибкости	29.12	Без задания	
34	Сложно координированные прыжковые упражнения	10.01	Без задания	
35	Ритмико-гимнастические упражнения	12.01	Без задания	
36	Прыжок в высоту с прямого разбега	17.01	Без задания	
37	Общеразвивающие упражнения без предметов	19.01	Без задания	
38	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	24.01	Без задания	
39	Общеразвивающие упражнения с предметами	26.01	Без задания	
40	Бег с поворотами и изменением направлений	31.01	Без задания	
41	Общеразвивающие упражнения с предметами	02.02	Без задания	
42	Образные движения. Развитие «мышечного чувства»: расслабление и напряжение мышц корпуса, рук и ног.	09.02	Без задания	
43	Сложно координированные беговые упражнения	07.02	Без задания	
44	Подвижные игры с приемами спортивных игр	14.02	Без задания	
45	Упражнения на развитие осанки	16.02	Без задания	
46	Игры с приемами баскетбола	21.02	Без задания	
47	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	28.02	Без задания	
48	Упражнения на развитие осанки	01.03	Без задания	

49	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	06.03	Без задания	
50	Прием «волна» в баскетболе	13.03	Без задания	
51	Ритмико-гимнастические упражнения. Игровые этюды	15.03	Без задания	
52	Игры с приемами футбола: метко в цель	20.03	Без задания	
53	Упражнения для улучшения гибкости	22.03	Без задания	
54	Подвижные игры. Образные танцы (игровые)	05.04	Без задания	
55	Гонка мячей и слалом с мячом	03.04	Без задания	
56	Футбольный бильярд Бросок ногой	10.04	Без задания	
57	Общеразвивающие упражнения	12.04	Без задания	
58	Подвижные игры на развитие равновесия	17.04	Без задания	
59	Подвижные игры. Образные танцы (игровые)	19.04	Без задания	
60	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	24.04	Без задания	
61	Упражнения на развитие осанки	26.04	Без задания	
62	Танцевальные упражнения. Постановка танцевальной композиции.	03.05	Без задания	
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	08.05	Без задания	
64	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	15.05	Без задания	
65	Репетиция танца	17.05	Без задания	
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой	22.05	Без задания	

	перекладине 90см. Эстафеты			
67	Репетиция танца	24.05	Без задания	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	67			

За год	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	Всего
Всего	17	16	20	14	67
Контрольные работы	-	-	-	-	-
Проверочные работы	-	-	-	-	-

Календарно-тематическое планирование

2 Д КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Дата изучения	Домашнее задание	Примечание
1	Что такое «Ритмика»? Основные понятия. Слушание музыки	05.09	Без задания	
2	История подвижных игр и соревнований у древних народов	07.09	Без задания	
3	Ориентировка в пространстве. Основные движения под музыку: разные виды шага (бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, мягкий, пружинящий)	12.09	Без задания	
4	Зарождение Олимпийских игр Современные Олимпийские игры	14.09	Без задания	
5	Игры под музыку	19.09	Без задания	
6	Физическое развитие Физические качества	21.09	Без задания	
7	Ориентировка в пространстве. Основные движения под музыку: разные виды шага (бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, мягкий, пружинящий)	26.09	Без задания	
8	Сила как физическое качество Гибкость как физическое качество	28.09	Без задания	
9	Общеразвивающие упражнения	03.10	Без задания	
10	Быстрота как физическое качество Выносливость как физическое качество	05.10	Без задания	
11	Общеразвивающие упражнения	10.10	Без задания	

12	Развитие координации движений	12.10	Без задания	
13	Основные движения под музыку: виды бега (лёгкий, на носочках, энергичный, стремительный).	17.10	Без задания	
14	Дневник наблюдений по физической культуре	19.10	Без задания	
15	Движения на развитие координации. Бег и подскоки.	24.10	Без задания	
16	Закаливание организма	26.10	Без задания	
17	Ритм, ритмический рисунок. Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг (хоровод, хороводные перестроения) 2/4, в линию (шеренга), в колонну 4/4, квадрат 2/4, клин 4/4.	07.11	Без задания	
18	Утренняя зарядка Составление комплекса утренней зарядки	09.11	Без задания	
19	Игры под музыку	14.11	Без задания	
20	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	16.11	Без задания	
21	Общеразвивающие упражнения без предметов	21.11	Без задания	
22	Строевые упражнения и команды	23.11	Без задания	
23	Ритм, ритмический рисунок. Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг (хоровод, хороводные перестроения) 2/4, в линию (шеренга), в колонну 4/4, квадрат 2/4, клин 4/4.	28.11	Без задания	
24	Прыжковые упражнения	30.11	Без задания	
25	Игры под музыку. Танцевальные импровизации. Постановка танцевальной композиции	05.12	Без задания	
26	Гимнастическая разминка Ходьба на гимнастической скамейке	07.12	Без задания	
27	Виды хлопков. Гимнастика для развития мышц и суставов плеч, рук, кистей, головы. Прыжки на 180° и	12.12	Без задания	

	обратно.			
28	Упражнения с гимнастической скакалкой Упражнения с гимнастическим мячом	14.12	Без задания	
29	Общеразвивающие упражнения без предметов	19.12	Без задания	
30	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	21.12	Без задания	
31	Упражнения на развитие осанки	26.12	Без задания	
32	Броски мяча в неподвижную мишень	28.12	Без задания	
33	Упражнения для улучшения гибкости	09.01	Без задания	
34	Сложно координированные прыжковые упражнения	11.01	Без задания	
35	Ритмико-гимнастические упражнения	16.01	Без задания	
36	Прыжок в высоту с прямого разбега	18.01	Без задания	
37	Общеразвивающие упражнения без предметов	23.01	Без задания	
38	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	25.01	Без задания	
39	Общеразвивающие упражнения с предметами	30.01	Без задания	
40	Бег с поворотами и изменением направлений	01.02	Без задания	
41	Общеразвивающие упражнения с предметами	06.02	Без задания	
42	Сложно координированные беговые упражнения	08.02	Без задания	
43	Образные движения. Развитие «мышечного чувства»: расслабление и напряжение мышц корпуса, рук и ног.	13.02	Без задания	
44	Подвижные игры с приемами спортивных игр	15.02	Без задания	
45	Упражнения на развитие осанки	20.02	Без задания	
46	Игры с приемами баскетбола	22.02	Без задания	
47	Упражнения на развитие осанки	27.02	Без задания	
48	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	29.02	Без задания	

49	Ритмико-гимнастические упражнения. Игровые этюды	05.03	Без задания	
50	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	07.03	Без задания	
51	Упражнения для улучшения гибкости	12.03	Без задания	
52	Прием «волна» в баскетболе	14.03	Без задания	
53	Подвижные игры. Образные танцы (игровые)	19.03	Без задания	
54	Игры с приемами футбола: метко в цель	21.03	Без задания	
55	Общеразвивающие упражнения.	02.04	Без задания	
56	Гонка мячей и слалом с мячом	04.04	Без задания	
57	Подвижные игры. Образные танцы (игровые)	09.04	Без задания	
58	Футбольный бильярд Бросок ногой	11.04	Без задания	
59	Упражнения на развитие осанки	16.04	Без задания	
60	Подвижные игры на развитие равновесия	18.04	Без задания	
61	Танцевальные упражнения. Постановка танцевальной композиции.	23.04	Без задания	
62	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	25.04	Без задания	
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	02.05	Без задания	
64	Репетиция танца	07.05	Без задания	
65	Репетиция танца	14.05	Без задания	
66	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	16.05	Без задания	
67	Урок-смотр знаний	21.05	Без задания	

68	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	23.05	Без задания	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68			

За год	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	Всего
Всего	16	16	22	14	68
Контрольные работы	-	-	-	-	-
Проверочные работы	-	-	-	-	-

Календарно-тематическое планирование

2 Е КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Дата изучения	Домашнее задание	Примечание
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов	05.09	Без задания	
2	Что такое «Ритмика»? Основные понятия. Слушание музыки	07.09	Без задания	
3	Ориентировка в пространстве. Основные движения под музыку: разные виды шага (бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, мягкий, пружинящий)	14.09	Без задания	
4	Зарождение Олимпийских игр Современные Олимпийские игры	12.09	Без задания	
5	Физическое развитие Физические качества	19.09	Без задания	
6	Игры под музыку	21.09	Без задания	
7	Сила как физическое качество Гибкость как физическое качество	26.09	Без задания	
8	Ориентировка в пространстве. Основные движения под музыку: разные виды шага (бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, мягкий, пружинящий)	28.09	Без задания	
9	Быстрота как физическое качество Выносливость как физическое качество	03.10	Без задания	
10	Общеразвивающие упражнения	05.10	Без задания	
11	Развитие координации движений	10.10	Без задания	

12	Общеразвивающие упражнения	12.10	Без задания	
13	Дневник наблюдений по физической культуре	17.10	Без задания	
14	Основные движения под музыку: виды бега (лёгкий, на носочках, энергичный, стремительный).	19.10	Без задания	
15	Закаливание организма	24.10	Без задания	
16	Движения на развитие координации. Бег и подскоки	26.10	Без задания	
17	Утренняя зарядка Составление комплекса утренней зарядки	07.11	Без задания	
18	Ритм, ритмический рисунок. Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг (хоровод, хороводные перестроения) 2/4, в линию (шеренга), в колонну 4/4, квадрат 2/4, клин 4/4.	09.11	Без задания	
19	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	14.11	Без задания	
20	Игры под музыку	16.11	Без задания	
21	Строевые упражнения и команды	21.11	Без задания	
22	Общеразвивающие упражнения без предметов	23.11	Без задания	
23	Прыжковые упражнения	28.11	Без задания	
24	Ритм, ритмический рисунок. Ритмические упражнения с музыкальным заданием: (построение в круг (хоровод, хороводные перестроения) 2/4, в линию (шеренга), в колонну 4/4, квадрат 2/4, клин 4/4.	30.11	Без задания	
25	Гимнастическая разминка Ходьба на гимнастической скамейке	05.12	Без задания	
26	Игры под музыку. Танцевальные импровизации. Постановка танцевальной композиции	07.12	Без задания	
27	Упражнения с гимнастической скакалкой Упражнения с гимнастическим мячом	12.12	Без задания	

28	Виды хлопков. Гимнастика для развития мышц и суставов плеч, рук, кистей, головы. Прыжки на 180° и обратно.	14.12	Без задания	
29	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	19.12	Без задания	
30	Общеразвивающие упражнения без предметов	21.12	Без задания	
31	Броски мяча в неподвижную мишень	26.12	Без задания	
32	Упражнения на развитие осанки	28.12	Без задания	
33	Упражнения для улучшения гибкости	09.01	Без задания	
34	Сложно координированные прыжковые упражнения	11.01	Без задания	
35	Прыжок в высоту с прямого разбега	16.01	Без задания	
36	Ритмико-гимнастические упражнения	18.01	Без задания	
37	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	23.01	Без задания	
38	Общеразвивающие упражнения без предметов	25.01	Без задания	
39	Бег с поворотами и изменением направлений	30.01	Без задания	
40	Общеразвивающие упражнения с предметами	01.02	Без задания	
41	Сложно координированные беговые упражнения	06.02	Без задания	
42	Общеразвивающие упражнения с предметами	08.02	Без задания	
43	Подвижные игры с приемами спортивных игр	13.02	Без задания	
44	Образные движения. Развитие «мышечного чувства»: расслабление и напряжение мышц корпуса, рук и ног.	15.02	Без задания	
45	Игры с приемами баскетбола	20.02	Без задания	
46	Упражнения на развитие осанки	22.02	Без задания	
47	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	27.02	Без задания	
48	Упражнения на развитие осанки	29.02	Без задания	
49	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	05.03	Без задания	

50	Ритмико-гимнастические упражнения. Игровые этюды	07.03	Без задания	
51	Прием «волна» в баскетболе	12.03	Без задания	
52	Упражнения для улучшения гибкости	14.03	Без задания	
53	Игры с приемами футбола: метко в цель	19.03	Без задания	
54	Подвижные игры. Образные танцы (игровые)	21.03	Без задания	
55	Гонка мячей и слалом с мячом	02.04	Без задания	
56	Общеразвивающие упражнения	04.04	Без задания	
57	Футбольный бильярд Бросок ногой	09.04	Без задания	
58	Подвижные игры. Образные танцы (игровые)	11.04	Без задания	
59	Подвижные игры на развитие равновесия	16.04	Без задания	
60	Упражнения на развитие осанки	18.04	Без задания	
61	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	23.04	Без задания	
62	Танцевальные упражнения. Постановка танцевальной композиции	25.04	Без задания	
63	Репетиция танца	02.05	Без задания	
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	07.05	Без задания	
65	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	14.05	Без задания	
66	Репетиция танца	16.05	Без задания	
67	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой	21.05	Без задания	

	перекладине 90см. Эстафеты			
68	Урок-смотр знаний	23.05	Без задания	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68			

За год	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	Всего
Всего	16	16	22	14	68
Контрольные работы	-	-	-	-	-
Проверочные работы	-	-	-	-	-

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

- Физическая культура, 1-4 классы/ Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура, 1-4 классы/ Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<http://lib.sportedu.ru/Press/ТПФК/2006N6/Index.htm>

<http://www.sportreferats.narod.ru/>

<http://www.openclass.ru/sub>

<http://www.sportreferats.narod.ru/>

<http://www.infosport.ru/press/fkvot/>

