

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА.
2 КЛАСС.**

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего		
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов. Инструктаж по ТБ. Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег.	1	04.09	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
2	Зарождение Олимпийских игр. Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег.	1	06.09	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
3	Современные Олимпийские игры. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением.	1	08.09	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
4	Физическое развитие. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением.	1	11.09	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
5	Физические качества	1	13.09	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
6	Сила как физическое качество	1	15.09	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
7	Быстрота как физическое качество	1	18.09	Физическая культура - Российская электронная

				школа (resh.edu.ru)
8	Выносливость как физическое качество	1	20.09	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
9	Гибкость как физическое качество	1	22.09	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
10	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением.	1	25.09	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
11	Развитие координации движений. Прыжки на одной ноге, на двух на месте.	1	27.09	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
12	Развитие координации движений. Прыжки на одной ноге, на двух на месте.	1	29.09	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
13	Дневник наблюдений по физической культуре	1	02.10	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
14	Закаливание организма	1	04.10	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)

15	Утренняя зарядка. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением.	1	06.10	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
16	Составление комплекса утренней зарядки. Сочетание ходьбы и бега. Высокий старт.	1	09.10	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
17	Сочетание ходьбы и бега. Высокий старт.. Броски мяча в неподвижную мишень	1	11.10	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
18	Сочетание ходьбы и бега. Высокий старт.. Броски мяча в неподвижную мишень	1	13.10	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
19	Сложно координированные прыжковые упражнения. Бег с изменением направления. Прыжок в длину с места.	1	16.10	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
20	Сложно координированные прыжковые упражнения. Бег с изменением направления. Прыжок в длину с места.	1	18.10	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
21	Прыжок в высоту с прямого разбега. Специальные беговые упражнения. Челночный бег.	1	20.10	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
22	Прыжок в высоту с прямого разбега. Специальные беговые упражнения.	1	23.10	Физическая культура - Российская

	Челночный бег.			электронная школа (resh.edu.ru)
23	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке. Специальные беговые упражнения. Челночный бег.	1	25.10	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
24	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке. Специальные беговые упражнения. Челночный бег.	1	27.10	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
25	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук	1	08.11	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
26	Бег с поворотами и изменением направлений. Специальные беговые упражнения. Челночный бег.	1	10.11	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
27	Бег с поворотами и изменением направлений. Специальные беговые упражнения. Челночный бег.	1	13.11	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
28	Сложно координированные беговые упражнения. Бег из различных стартовых положений.	1	15.11	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
29	Сложно координированные беговые упражнения. Бег из различных стартовых положений.	1	17.11	Физическая культура - Российская электронная школа

				(resh.edu.ru)
30	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1	20.11	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
31	Строевые упражнения и команды. Группировка. Перекаты в группировке из упора присев.	1	22.11	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
32	Строевые упражнения и команды. Группировка. Перекаты в группировке из упора присев.	1	24.11	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
33	Группировка. Перекаты в группировке из упора присев. Прыжковые упражнения	1	27.11	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
34	Группировка. Перекаты в группировке из упора присев. Прыжковые упражнения	1	29.11	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
35	Гимнастическая разминка	1	01.12.	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
36	Ходьба на гимнастической скамейке	1	04.12	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
37	Ходьба на гимнастической	1	06.12	Физическая

	скамейке			культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
38	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	08.12	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
39	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	11.12	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
40	Упражнения с гимнастическим мячом. Лазание по наклонной гимнастической скамейке.	1	13.12	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
41	Упражнения с гимнастическим мячом. Лазание по наклонной гимнастической скамейке.	1	15.12	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
42	ОРУ с обручами. Лазание по наклонной гимнастической скамейке. Танцевальные гимнастические движения	1	18.12	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
43	ОРУ с обручами. Лазание по наклонной гимнастической скамейке. Танцевальные гимнастические движения	1	20.12	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
44	Подвижные игры с приемами спортивных игр	1	22.12	Физическая культура - Российская

				электронная школа (resh.edu.ru)
45	Игры с приемами баскетбола	1	25.12	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
46	Игры с приемами баскетбола	1	27.12	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
47	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1	29.12	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
48	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1	09.01	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
49	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	11.01	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
50	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	12.01	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
51	Прием «волна» в баскетболе	1	16.01	Физическая культура - Российская электронная школа

				(resh.edu.ru)
52	Прием «волна» в баскетболе	1	18.01	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
53	Игры с приемами футбола: метко в цель	1	19.01	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
54	Игры с приемами футбола: метко в цель	1	23.01	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
55	Гонка мячей и слалом с мячом	1	25.01	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
56	Гонка мячей и слалом с мячом	1	26.01	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
57	Футбольный бильярд	1	30.01	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
58	Футбольный бильярд	1	01.02	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
59	Бросок ногой	1	02.02	Физическая

				культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
60	Бросок ногой	1	06.02	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
61	Подвижные игры на развитие равновесия	1	08.02	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
62	Подвижные игры на развитие равновесия	1	09.02	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
63	Специальные беговые упражнения. Челночный бег. Развитие скоростных способностей.	1	13.02	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
64	Бег из различных стартовых положений. Метание мяча в цель. Метание набивного мяча.	1	15.02	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
65	Бег из различных стартовых положений. Метание мяча в цель. Метание набивного мяча.	1	16.02	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
66	Специальные беговые упражнения. Бег 30м с учетом времени. Высокий старт.	1	20.02	Физическая культура - Российская

				электронная школа (resh.edu.ru)
67	Специальные беговые упражнения. Бег 30м с учетом времени. Высокий старт.	1	22.02	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
68	Длительный бег (4 мин). Развитие выносливости. Метание мяча на дальность. Встречные эстафеты.	1	27.02	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
69	Длительный бег (4 мин). Развитие выносливости. Метание мяча на дальность. Встречные эстафеты.	1	29.02	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
70	Длительный бег (5 мин). Развитие выносливости. Метание мяча на дальность. Встречные эстафеты.	1	01.03	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
71	Длительный бег (5 мин). Развитие выносливости. Метание мяча на дальность. Встречные эстафеты.	1	05.03	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
72	Длительный бег (5мин). Развитие выносливости. Многоскоки. Прыжки со скакалкой.	1	07.03	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
73	Длительный бег (5мин). Развитие выносливости. Многоскоки. Прыжки со скакалкой.	1	12.03	Физическая культура - Российская электронная школа

				(resh.edu.ru)
74	Развитие выносливости. Бег 500м с учетом времени. Контрольные нормативы № 2.	1	14.03	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
75	Правила выполнения спортивных нормативов 2 ступени	1	15.03	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
76	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1	25.03	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	27.03	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	29.03	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1	01.04	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1	03.04	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
81	Освоение правил и техники	1	05.04	Физическая

	выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры			культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1	08.04	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с разбега. Эстафеты	1	10.04	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с разбега. Эстафеты	1	12.04	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
85	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	15.04	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
86	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	17.04	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см.	1	19.04	Физическая культура - Российская электронная школа

	Эстафеты			(resh.edu.ru)
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	22.04	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	24.04	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	26.04	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	03.05	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	06.05	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	08.05	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	13.05	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
95	Освоение правил и техники	1	15.05	Физическая

	выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры			культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	17.05	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	20.05	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	22.05	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
99	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры	1	24.05	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
100	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры	1	27.05	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
101	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1	29.05	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
102	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и	1	31.05	Физическая культура - Российская

	техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО			электронная школа (resh.edu.ru)
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102		