муниципальное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа №30

городского округа г. Рыбинск Ярославской области

|  |  |
| --- | --- |
| **Согласовано**  Протокол МО № \_\_\_  от «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20 г.  Руководитель МО \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ | **Утверждаю**  Директор школы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А. А. Новикова  Приказ по школе №  от «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20 г. |

**Рабочая программа по учебному предмету (курсу)**

**Физическая культура 2 класс**

**на 2020-2021 учебный год**

ФИО разработчика: Пугачева К.С.

должность: учитель физкультуры

категория : первая

**Рыбинск**

**2020 год**

**1.ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ**

1. *Ученик окончивший 2 класс, научится:*

• планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использование средств физической культуры;

• излагать факты истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека;

• представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития;

• измерять (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела);

• оказывать посильную помощь и моральной поддержкам сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;

• бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;

• характеризировать физической нагрузки по показателю частоты пульса;

• взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр;

• подача строевых команд;

• нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;

• выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.

**Знания о физической культуре**

***Выпускник 2 класса научится:***

• ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;

• раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;

• ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;

• организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

***Выпускник 2 класса получит возможность научиться:***

• выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;

• характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной

деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

**Способы физкультурной деятельности**

***Выпускник 2 класса научится:***

• отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;

• организовывать и проводить подвижные игры и соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

• измерять показатели физического развития (рост, масса) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.

***Выпускник2 класса получит возможность научиться:***

• вести тетрадь (дневник) по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;

• целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;

• выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

**Физическое совершенствование**

***Выпускник научится:***

• выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации,

гибкости);

* оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса

• выполнять тестовые упражнения на оценку динамики индивидуального развития основных физических качеств;

• выполнять организующие строевые команды и приёмы;

• выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);

• выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса и объёма);

• выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

***Выпускник получит возможность научиться:***

• сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;

•выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;

• играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощённым правилам;

• выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;

• плавать, в том числе спортивными способами;

• выполнять передвижения на лыжах.

**В результате изучения физической культуры ученик должен овладеть:**

|  |  |
| --- | --- |
|  | 2 класс |
| **Универсальными компетенциями** | - умение организовывать собственную деятельность  - умение активно включаться в коллективную деятельность. взаимодействовать со сверстниками  - умение доносить информацию в доступной форме |
| **Личностными результатами** | - активно включаться в общение в взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания  - проявлять положительные качества личности и управлять своим эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;  - проявлять дисциплинированность. трудолюбие  - оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам |
| **Межпредметными результатами** | - характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;  - находить ошибки при выполнении учебных заданий;  - общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;  - организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности  - обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха;  - анализировать достигнутые результаты;  - видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;  - управлять эмоциями при обращении со сверстниками и взрослыми, сохраняя хладнокровие, сдержанность, рассудительность;  - технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности |
| **Предметными результатами** | **-** планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры  - излагать факты истории развития физической культуры  - представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья;  - измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела)  - оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий;  - бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;  - взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;  - в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий;  - подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;  - находит отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;  - выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;  - выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;  - выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся вариативных условиях. |

1. ***СОДЕРЖАНИЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ***

|  |  |
| --- | --- |
| **Название темы** | **Основное содержание** |
| **Знания о физической культуре** | Возникновение первых спортивных соревнований. Появление мяча, упражнений и игр с мячом. История зарождения древних Олимпийских игр. Физические упражнения, их отличие от естественных движений. Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие. Закаливание организма (обтирание). |
| **Способы физкультурной деятельности** | Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку; проведение закаливающих процедур; выполнение упражнений, развивающих быстроту и равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча. Подвижные игры и занятия физическими упражнениями во время прогулок. Измерение длины и массы тела. |
| **Физическое совершенствование** | ***Гимнастика с основами акробатики:***   * *Организующие команды и приемы:* повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два»; перестроение по двое в шеренге и колонне; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, по «диагонали» и «противоходом». * *Акробатические упражнения* из положения лежа на спине, стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги); кувырок вперед в группировке; из стойки на лопатках полупереворот назад в стойку на коленях. * *Гимнастические упражнения прикладного характера:* танцевальные упражнения, упражнения на низкой перекладине — вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, зависом одной, двумя ногами.   ***Легкая атлетика:***   * *Бег:* равномерный бег с последующим ускорением, челночный бег 3 х 10 м, бег с изменением частоты шагов. * *Броски* большого мяча снизу из положения стоя и сидя из-за головы. * *Метание* малого мяча на дальность из-за головы. * *Прыжки:* на месте и с поворотом на 90° и 100°, по разметкам, через препятствия; в высоту с прямого разбега; со скакалкой.   ***Лыжные гонки:***   * *Передвижения на лыжах:* попеременный двухшажный ход. * *Спуски* в основной стойке. * *Подъем* «лесенкой». * *Торможение* «плугом».   ***Подвижные игры:***   * *На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»:*«Волна», «Неудобный бросок», «Конники-спортсмены», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Посадка картофеля», «Прокати быстрее мяч», эстафеты типа: «Веревочка под ногами», «Эстафеты с обручами». * *На материале раздела «Легкая атлетика»:*«Точно в мишень», «Вызов номеров», «Шишки – желуди – орехи», «Невод», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Космонавты», «Мышеловка». * *На материале раздела «Лыжные гонки»:* «Проехать через ворота», «Слалом на санках», «Спуск с поворотом», «Подними предмет» (на санках), «Кто быстрее взойдет на горку», «Кто дальше скатится с горки» (на лыжах). * *На материале раздела «Спортивные игры»:* * *Футбол:* остановка катящегося мяча; ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек; остановка катящегося мяча внутренней частью стопы; подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Слалом с мячом», «Футбольный бильярд», «Бросок ногой». * *Баскетбол:* специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста, приставными шагами правым и левым боком; бег спиной вперед; остановка в шаге и прыжком; ведение мяча на месте, по прямой, по дуге, с остановками по сигналу; подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», «Бросок мяча в колонне». * *Волейбол:* подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче; специальные движения — подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища; подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок».   ***Общеразвивающие физические упражнения*** на развитие основных физических качеств. |
| **Подвижные и спортивные игры:** | * *На материале гимнастики с основами акробатики*: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию. * *На материале лёгкой атлетики:* прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту. * *На материале лыжной подготовки:* эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию. * *На материале спортивных игр:* * *Футбол:* удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола. * *Баскетбол:* специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. * *Волейбол:* подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола. * *Народные подвижные игры разных народов.* |
| **Общеразвивающие упражнения** | **На материале гимнастики с основами акробатики:**   * *Развитие гибкости:* широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперёд, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушпагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи поочерёдно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание и прогибание туловища (в стойках и седах); индивидуальные комплексы по развитию гибкости. * *Развитие координации:* произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лёжа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающее в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию с асимметрическими и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу. * *Формирование осанки:* ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лёжа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета. * *Развитие силовых способностей:* динамические упражнения с переменой опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы), комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением; лазанье с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке в упоре на коленях и в упоре присев); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лёжа; отжимание лёжа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперёд поочерёдно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх-вперёд толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска партнёра в парах.   **На материале лёгкой атлетики:**   * *Развитие координации*: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочерёдно. * *Развитие быстроты:* повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; бег с горки в максимальном темпе; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля теннисного мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами. * *Развитие выносливости*: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный 66минутный бег. * *Развитие силовых способностей:* повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15—20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное выполнение беговых нагрузок в горку; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперёд (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.   **На материале лыжных гонок:**   * *Развитие координации:* перенос тяжести тела с лыжи на лыжу (на месте, в движении, прыжком с опорой на палки); комплексы общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на лыжах; скольжение на правой (левой) ноге после двух-трёх шагов; спуск с горы с изменяющимися стойками на лыжах; подбирание предметов во время спуска в низкой стойке. * *Развитие выносливости:* передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности, с ускорениями; прохождение тренировочных дистанций. |
| **Плавание** | ТБ на воде и оказание первой медицинской помощи утопающему |
| **Содержание раздела «Правила ТБ» включает в себя беседы по ТБ на уроках физической культуры при выполнении различных упражнений.** | |

**Примерное распределение учебного времени на различные виды программного материала**

**при трёх часовых занятиях в неделю во 2 классе**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Название раздела | Количество часов |
| 1 | Основы знаний о физической культуре | В процессе урока |
| 2 | Гимнастика с элементами акробатики | 22 |
| 3 | Легкая атлетика | 25 |
| 4 | Лыжная подготовка | 21 |
| 5 | Подвижные игры | 34 |
| 6 | Плавание | В ходе урока (теория) |
| Итого | | 102 |

**Календарно - тематическое планирование  I четверть 2 класс 2020-2021 учебный год**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **П/П** | **Дата** | **Тема урока** | **Вид**  **деятельности уч-ся** | **Форма оценки и контроля** | **Дом/ задание** | **Организация работы с детьми с ОВЗ** |
| 1 | 03.09 | Вводный урок. О/т на уроках физической культуры.   Строевые упражнения. Двигательные качества в п./и. | Построение в шеренгу, колонну,  развитие навыков, расчет на 1-2 , формирование  установки на безопасный  здоровый образ жизни. | Фронтальный опрос | Знать теорию | наличие заданий по выбору |
| 2 | 05.09 | Строевые упражнения. Игры «Кочка, дорожка, копна». "У медведя во бору". | Построение в шеренгу, колонну, соблюдать правила игры, развитие навыков сотрудничества, умение  не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, | Фронтальный опрос | Знать правила игр | поощрение любых проявлений инициативы |
| 3 | 06.09 | Скоростные способностей в подвижных играх и эстафетах. Т/с Что такое физкультура? | Показать презентацию об истории возникновения упражнений, показать движения первобытных людей, показать современные виды соревнований | Фронтальный опрос | Стр18 | опознавательные знаки для разного уровня сложности |
| 4 | 10.09 | высокий старт. Бег с ускорением. Игры "День и ночь", "Совушка" | научиться выполнять высокий старт. Развитие быстроты, внимания. | Фронтальный опрос |  | не выделяя среди сверстников |
| 5 | 12.09 | высокий старт. Бег с ускорением. Прыжки в длину с места. | Научиться выполнять высокий старт, прыжок в длину  с места Развитие быстроты, внимания | Фронтальный опрос |  | Работа в парах |
| 6 | 13.09 | Прыжки с одной ноги на одну с разбега и развитие скоростной выносливости в п/и "Волк во рву", "Прыжки по полоскам". | Развитие скоростных качеств, внимания, координации движений, развитие навыков сотрудничества в игре. | Фронтальный опрос | Знать правила игр | наличие заданий по выбору |
| 7 | 17.09 | бег, прыжков в п/и "Бездомный заяц", "Зайцы в огороде". Т/С Твой организм. | Закрепление навыков бега и прыжков в играх. Показать презентацию о системах организма. | Фронтальный опрос | Стр. I9 | поощрение любых проявлений инициативы |
| 8 | 19.09 | Равномерный бег в чередовании с ходьбой до пятисот метров. Метание теннисного мяча  на дальность – обучение. Т/с как правильно дышать? | Усвоение основных понятий: дыхание,  дети объясняют,  как нужно дышать при беге, при выполнении упражнений. Усваивают правила   построения,  в метании. Соблюдают ТБ. | Фронтальный опрос | Стр 58 | использование фотографий или карточек |
| 9 | 20.09 | Метание теннисного мяча  на дальность - закрепление. Разновидности бега и прыжков. | Усвоение правил   поведения,  в метании. Развитие меткости, внимания, координации движений | Фронтальный опрос | Стр. 75 |  |
| 10 | 24.09 | Метание теннисного мяча  на дальность – закрепление. Т/с Спортивная одежда, обувь. Челночный бег –развитие скоростных способностей | Усвоение правил   поведения,  в метании. Осваивают технику метания на дальность  и технику челночного бега. | Контроль техники владения мячом. | Знать т/с | поощрение любых проявлений инициативы |
| 11 | 26.09 | Строевые упражнения. Понятия направляющий замыкающий. Зачет в беге на 30 м. | Осваивают правила поведения при беге, демонстрируют выполнение, подводят итоги, дают оценку своим умениям | Тестирование скоростных способностей |  |  |
| 12 | 27.09 | Равномерный бег в чередовании с ходьбой до пятисот метров. Прыжки в высоту  через препятствие 30 см. | Работать в группе, выполнять правила поведения в игре.  Развитие выносливости, прыгучести. |  |  | Работа по группам |
| 13 | 01.10 | Прыжки в высоту через препятствие Тестирование.«Рыбак и рыбки». «Зайцы в огороде» | Освоение техники прыжков в высоту в играх. Умение работать в группах. | Соревнование, контроль техники выполнения и тестирование (прыжок в высоту) | Знать правила | не выделяя среди сверстников |
| 14 | 03.10 | Обучение игре «Охотники и утки». | Работать в группе, выполнять правила поведения в игре. Распределять роли в соревновании, оценивать результат, мотивируют свои действия |  |  |  |
| 15 | 03.09 | Старт из различных положений. Упражнения на развитие силы мышц рук, ног, пресса. Зачет челночного бега. | Работать в группе, выполнять правила поведения в игре. Распределять роли в соревновании, оценивать результат, осваивают технику выполнения, | Тестирование координационных способностей (челночный бег). | Стр. 128 | поощрение любых проявлений инициативы |
| 16 | 05.09 | Закрепление навыка прыжка и развитие скоростно-силовых способностей в п/и  «Волк во рву», «Зайцы в огороде». | Работать в группе, выполнять правила поведения в игре. Распределять роли в играх, оценивать результат, осваивают технику выполнения прыжка. | Фронтальный опрос |  | избегать постановки с отвлекающими внимание предметами |
| 17 | 06.09 | Развитие координационных способностей  в эстафетах | Осваивают технику упражнений, выполнять правила поведения в игре и в паре |  |  |  |
| 18 | 10.09 | Разучивание игр  «Морская фигура». «Локомотив», Салки. | Осваивают правила игр. Распределяют роли в играх, оценивать результат | Фронтальный опрос |  |  |
| 19 | 12.09 | Развитие скоростно-силовых и координационных способностей в играх и эстафетах с предметами и без. | Осваивают технику упражнений, работать в группе, выполнять правила поведения в игре и в паре | Контроль техники (метание в вертикальную цель). |  | избегать расстановки с отвлекающими внимание предметами |
| 20 | 13.09 | Урок I.Путешествие в лес. Развитие двигательных способностей | Развитие быстроты, ловкости, прыгучести. Развитие памяти и воображения | Фронтальный опрос |  |  |
| 21 | 17.09 | Урок II. Профилактика плоскостопия | Выполняют упражнения на профилактику плоскостопия | Фронтальный опрос |  | использование фотографий или карточек |
| 22 | 19.09 | Урок III. Веселый мяч. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей. | Развитие быстроты, ловкости, прыгучести, координации движений. Развитие памяти и воображения. | Контроль техники владения мячом. |  |  |
| 23 | 20.09 | Урок IV  «Точка, точка, запятая». Развитие скоростно-силовых и координационных способностей. | Развитие быстроты, ловкости, прыгучести, силы. Развитие памяти и воображения. Умения |  |  | Уменьшать объем выполняемой учеником работы |
| 24 | 24.09 | Урок V.»Веселые прыжки». Развитие скоростно-силовых и координационных способностей | Развитие быстроты, ловкости, прыгучести, силы. Развитие памяти и воображения. Развитие навыков сотрудничества в игре. | Контроль техники владения мячом. |  | наличие заданий по выбору |

**Календарно-тематическое планирование на 2 четверть 2 класс 2020-2021 учебный год**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  П/П | **Дата** | **Тема урока** | **Вид**  **деятельности уч-ся** | **Форма оценки и контроля** | **Дом/ задание** | **Организация работы с детьми с ОВЗ** |
| 25 | 06.11 | «Морское путешествие».Развитие скоростно-силовых и координационных способностей | Развитие навыков сотрудничества в игре. Развитие быстроты, ловкости, прыгучести, силы | Фронтальный опрос |  |  |
| 26 | 08.11 | Скоростно-силовых и координационных способностей в играх и эстафетах с предметами и без | Развитие навыков сотрудничества в игре. Развитие быстроты, ловкости, прыгучести, силы | Фронтальный опрос |  | Использовать знаковые символы для ориентации ребенком в выполнении заданий, планировании действий |
| 27 | 10.11 | Подведение итога четверти. Повторение  правил подвижных игр развитие скоростно-силовых  способностей. | Подводят итоги, дают оценку своим умениям, выбирают игры. для самостоятельных занятий во дворе,  в ГПД. |  |  |  |
| 31 | 13.11 | Совершенствование переката назад. Обучение кувырку вперед в группировке . Т/с основные правила зарядки | Запоминают комплекс  утренней зарядки, развитие навыков сотрудничества, | Фронтальный опрос | Стр 111 | смена деятельности учащихся, чередование активной работы с отдыхом |
| 32 | 16.11 | Закрепление кувырка вперед. Обучение стойке на лопатках. Т/с о личной гигиене. | Усваивают технику кувырка вперед, стойки на лопатках. Выполняют упражнения на гибкость | Фронтальный опрос | Стр 45 | избегать расстановки с отвлекающими внимание предметами |
| 33 | 18.11 | Закрепление кувырка вперед и стойки на лопатках. Обучение кувырку назад. | Усваивают технику кувырка вперед, стойки на лопатках. | Фронтальный опрос | Стр 115 |  |
| 34 | 22.11 | Закрепление кувырка вперед и стойки на лопатках, кувырка назад. Разучивание танцевальных движений | Усваивают технику кувырка вперед, стойки на лопатках. Разучивают танцевальные движения |  |  | Группировать похожие задания вместе |
| 35 | 25.11 | Совершенствование кувырка вперед и стойки на лопатках. | Усваивают технику кувырка вперед, стойки на лопатках. | Фронтальный опрос |  |  |
| 36 | 27.11 | ОРУ со скакалкой .Обучение прыжкам со скакалкой. Зачет кувырка вперед | Осваивают технику выполнения прыжков со скакалкой, демонстрируют выполнение, подводят итоги, дают оценку своим умениям | Контроль техники (кувырок вперед). |  | знаковая система оценивания |
| 37 | 30.11 | Закрепление прыжков со скакалкой. Зачет стойки на лопатках. Обучение мосту. | Осваивают технику выполнения, демонстрируют выполнение, подводят итоги, дают оценку своим умениям | Контроль техники (стойка на лопатках). |  | использование фотографий или карточек |
| 38 | 02.12 | Закрепление прыжков со скакалкой. Закрепление моста. | Осваивают технику выполнения прыжков со скакалкой, Упражнения на развитие гибкости | Контроль техники (лазание по канату). |  | наличие заданий по выбору |
| 39 | 03.12 | Совершенствование прыжков со скакалкой. Упражнения по профилактике плоскостопия. | Осваивают технику выполнения прыжков со скакалкой.  Закрепляют упражнения на профилактику плоскостопия и применяют в самостоятельных занятиях |  |  | смена деятельности учащихся, чередование активной работы с отдыхом |
| 40 | 05.12 | Обучение видам лазания на скамейке. Зачет прыжка со скакалкой. | Осваивают технику выполнения лазания, демонстрируют выполнение, подводят итоги, дают оценку своим умениям | Контроль техники выполнения (прыжки со скакалкой). |  | знаковая система оценивания |
| 41 | 09.12 | Закрепление лазания на скамейке. Упражнения в  равновесии - закрепление. | Осваивают упражнения в  лазании и равновесии |  |  | использование имитационных упражнений |
| 42 | 11.12 | Закрепление лазания на скамейке. Упражнения на развитие силы мышц рук, ног, пресса  гимнастической стенки. | Осваивают упражнения в  лазании. Осваивают упражнения на развитие силы мышц рук, ног, пресса. | Фронтальный опрос |  |  |
| 43 | 14.12 | Совершенствование техники лазания.  Обучение подтягиванию. Т\С об осанке1 | Осваивают технику выполнения подтягивания.  Выполняют упражнения на улучшение осанки,  укрепления мышц живота и спины, ног, соблюдают ТБ, анализируют результаты. | Контроль техники выполнения (строевые и порядковые упражнения). |  | избегать расстановки с отвлекающими внимание предметами |
| 44 | 16.12 | Закрепление подтягивания. Ору с мячом. | Осваивают технику  выполнения подтягивания  Выполняют упражнения с  мячом. | Фронтальный опрос |  | Группировать похожие задания вместе |
| 45 | 18.12 | Совершенствование изученных элементов на уроках гимнастики в полосе препятствий. Танцевальные движения закрепление | Описывают технику выполнения  гимнастических упражнений, предупреждая ошибки. Освоение техники танцевальных движений | Фронтальный опрос |  | поощрение любых проявлений инициативы |
| 46 | 21.12 | Разучивание игр:» Лишний на прогулке», «Команда быстроногих». | Развитие координационных способностей | Контроль техники выполнения (упражнения на равновесие). |  | Использовать знаковые символы для ориентации ребенком в выполнении заданий, планировании действий |
| 47 | 24.12 | Развитие координационных способностей в подвижных играх и эстафетах | Развитие координационных способностей |  |  |  |
| 48 | 26.12 | Подвижные игры на развитие координации движений | Развитие координационных способностей |  |  |  |

**Календарно - тематическое планирование 3 четверть 2 класс 2020-2021 учебный год**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  П/П | **Дата** | **Тема урока** | **Вид**  **деятельности уч-ся** | **Форма оценки и контроля** | **Дом/ задание** | **Организация работы с детьми с ОВЗ** |
| 49 | 12.01 | О/т на уроках лыжной подготовки.  Т/с об основных требованиях к одежде, обуви во время занятий л/п. Переноска и надевание лыж. Ступающий шаг. | Соблюдение ТБ. Анализируют требования к одежде и обуви во время занятий л/п | Фронтальный опрос | Стр148-149 | смена деятельности учащихся, чередование активной работы с отдыхом |
| 50 | 15.01 | Ступающий шаг-повторение.  Обучение скользящему шагу без палок. | Освоение передвижения скользящим шагом | Фронтальный опрос | Стр143-145 | использование имитационных упражнений |
| 51 | 15.01 | Закрепление скользящего шага. П/и. | Освоение передвижения скользящим шагом. Развитие быстроты в передвижениях на лыжах. | Фронтальный опрос |  |  |
| 52 | 19.01 | Закрепление скользящего шага. П/и на лыжах | Освоение передвижения скользящим шагом. |  |  | поощрение любых проявлений инициативы |
| 53 | 22.01 | Т/С значение занятий л/п.  Обучение игре» «Кто быстрей». Закрепление  изученных ходов. | Объясняют значение занятий л/п. Разучивание игр на лыжах. | Фронтальный опрос | Знать правила игр | поощрение любых проявлений инициативы |
| 54 | 22.01 | Закрепление скользящего шага. П/и Обучение поворотам переступанием | Развитие координационных способностей | Контроль техники выполнения (повороты на месте). | Знать т/с | знаковая система оценивания |
| 55 | 26.01 | Т/с об особенностях к температурного режима. Совершенствование ходов. Закрепить повороты переступанием. | Правила температурного режима для организации активного отдыха. Развитие координации движений | Фронтальный опрос |  | использование имитационных упражнений |
| 56 | 29.01 | Разучивание подвижных игр на лыжах | Развитие координационных способностей | Фронтальный опрос | Стр 145 |  |
| 57 | 29.01 | Обучение небольшим подъемам и спускам с небольших уклонов. | Развитие координационных способностей. Азбука безопасного падения. | Контроль техники выполнения (умения и навыки склоне). | Стр 145-146 | использование имитационных упражнений |
| 58 | 02.02 | Закрепление подъемов и спусков с небольших уклонов. | Развитие координационных способностей | Фронтальный опрос |  | Группировать похожие задания вместе |
| 59 | 05.02 | Лыжная эстафета и подвижные игры. Т/с Особенности дыхания. | Развитие скоростных качеств. Понятие особенности дыхания при занятиях л/п | Фронтальный опрос |  | использование имитационных упражнений |
| 60 | 05.02 | Закрепление подъемов и спусков с небольших уклонов. | Взаимодействие со сверстниками. Соблюдение ТБ. | Контроль техники выполнения (скользящий и ступающий шаг без палок). |  | наличие заданий по выбору |
| 61 | 09.02 | Равномерное преодоление дистанции до 1км без учета времени. Закрепление подъемов и спусков с небольших уклонов. | Развитие выносливости, координации движений. Выявление и устранение ошибок в технике передвижений на лыжах |  |  | смена деятельности учащихся, чередование активной работы с отдыхом |
| 62 | 12.02 | Совершенствование подъемов и спусков. | Развитие координации движений Выявление и устранение ошибок в технике спуска и подъема | Соревнование, тестирование выносливости (преодоление дистанции 500 ). |  |  |
| 63 | 12.0 | Равномерное преодоление дистанции до 1500 м. | Развитие выносливости Выбор индивидуального темпа передвижения |  |  | наличие заданий по выбору |
| 64 | 16.02 | П/игры и эстафеты.. Оценка умения преодолевать спуски и подъемы | Развитие скоростных качеств Оценка умения преодолевать спуски и подъемы | Контроль техники выполнения (скользящий шаг с палками). |  | Группировать похожие задания вместе |
| 65 | 19.02 | Эстафеты.  Зачет скользящего шага | Оценка умения в передвижении скользящим шагом. |  |  | знаковая система оценивания |
| 66 | 19.02 | Равномерное преодоление дистанции до 1500 м. | Развитие выносливости. Выбор индивидуального темпа передвижения | Соревнование, тестирование выносливости (преодоление дистанции 1000 м). |  | не выделяя среди сверстников |
| 67 | 23.02 | Игры и эстафеты на лыжах. Преодоление подъемов и спусков. | Развитие выносливости, ловкости, быстроты. Демонстрируют спуск и подъем |  |  | Работа в парах |
| 68 | 26.02 | Равномерное преодоление дистанции со спусками и подъемами | Развитие выносливости. Выбор индивидуального темпа передвижения |  |  | поощрение любых проявлений инициативы |
| 69 | 26.02 | О/т.  Обучение ловле и передаче на месте баскетбольного мяча. | Развитие выносливости. Выбор индивидуального темпа передвижения | Контроль техники выполнения (спуски и подъемы). |  |  |
| 70 | 01.03 | Ловля и передача баскетбольного мяча  двумя от груди. | Соблюдают ТБ. Совершенствуют технику выполнения упражнений |  |  |  |
| 71 | 04.03 | Закрепление ловли и передачи мяча двумя от груди. Обучение передаче двумя из-за головы, одной от плеча | Совершенствуют технику выполнения упражнений |  |  | смена деятельности учащихся, чередование активной работы с отдыхом |
| 72 | 04.03 | Закрепление передач.  Обучение ведению мяча. | Совершенствуют технику выполнения передачи мяча |  |  |  |
| 73 | 08.03 | П/и с элементами баскетбола. Закрепление ведения мяча. Передача мяча в движении. | Совершенствуют технику выполнения передачи мяча | Фронтальный опрос |  |  |
| 74 | 11.03 | Броски мяча в кольцо. Закрепление ведения мяча. | Освоить приемы игры в баскетбол, корректировать деятельность, |  |  | использование фотографий или карточек |
| 75 | 11.03 | Броски мяча в кольцо. Закрепление ведения мяча. | Научиться вести мяч, выполнять бросок и ловить, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | Контроль техники выполнения (ведение мяча). |  | Использовать знаковые символы для ориентации ребенком в выполнении заданий, планировании действий |
| 76 | 15.03 | Закрепление элементов с/и  в п/играх и эстафетах | Выполнение бросков по кольцу. Демонстрируют технику ведения мяч |  |  |  |
| 77 | 18.03 | Закрепление элементов с/и  в п/играх и эстафетах | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, демонстрируют выполнение изученных бросков, ведений. |  |  | использование фотографий или карточек |
| 78 | 18.03 | Равномерное преодоление дистанции со спусками и подъемами | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, демонстрируют выполнение изученных бросков, ведений |  |  | Работа в группе |

**Календарно - тематическое планирование 4 четверть 2 класс 2020-2021 учебный год**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  П/П | **Дата** | **Тема урока** | **Вид**  **деятельности уч-ся** | **Форма оценки и контроля** | **Дом/ задание** | **Организация работы с детьми с ОВЗ** |
| 79 | 05.04 | Т/с на уроках л/атлетики  Развитие скоростных качеств. Повторение высокого старта. Обучение прыжкам в высоту 30см . | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, освоение общеразвивающих упражнений, развитие скоростных качеств | Фронтальный опрос | стр 92 | смена деятельности учащихся, чередование активной работы с отдыхом |
| 80 | 08.04 | Развитие скоростных качеств. Закрепление высокого старта. Закрепление прыжков в высоту | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, освоение общеразвивающих упражнений, развитие скоростных качеств | Фронтальный опрос | Стр 92 |  |
| 81 | 08.04 | Развитие скоростных качеств  в п./ играх и эстафетах. | Развитие скоростных качеств, внимания, координации движений, развитие навыков сотрудничества в игре |  | Стр 128- 135 | Работа в группе |
| 82 | 12.04 | Обучение метанию мяча на дальность Развитие скоростных качеств в беге на 30 м. | Усвоение правил   поведения,  в метании. Осваивают технику метания на дальность  и технику бега. | Фронтальный опрос | Стр 100 | поощрение любых проявлений инициативы |
| 83 | 15.04 | Закрепление метания мяча на дальность Развитие скоростных качеств в беге 30м | Развитие меткости в метании. Осваивают технику метания на дальность  и технику  бега. | Контроль техники выполнения (метание мяча на дальность). | Стр 101-102 | избегать расстановки с отвлекающими внимание предметами |
| 84 | 15.04 | Закрепление метания мяча на дальность. Обучение прыжкам в длину. Развитие скоростных качеств в п./и. | Осваивают технику метания на дальность  и технику  прыжка в длину. . Развитие скоростных качеств в п./и. | Фронтальный опрос | Стр 96-98 |  |
| 85 | 19.04 | Развитие выносливости. Равномерный бег до 1000м. Т/с о беговых и прыжковых видах в легкой атлетике. | Развитие выносливости. Понятия о беговых и прыжковых видах в легкой атлетике |  | знать  т/с | не выделяя среди сверстников |
| 86 | 22.04 | Совершенствование метания мяча на дальность. Закрепление прыжка в длину. | Осваивают технику метания на дальность  и технику  прыжка в длину. | Тестирование силовых способностей (отжимания в упоре лёжа). |  | Работа в парах |
| 87 | 22.04 | Зачет в беге на 30 м. Закрепление прыжка в длину | Осваивают технику упражнений, различают команды, подводят итоги, дают оценку своим умениям | Контроль техники выполнения (бег 30 м). |  | знаковая система оценивания |
| 88 | 26.04 | Метание мяча на дальность и в цель в п./и. Совершенствование прыжка в длину. | Осваивают технику метания на дальность  и технику  прыжка в длину. | Фронтальный опрос | знать  т/с |  |
| 89 | 29.04 | Развитие двигательных качеств в п./и  «Мяч водящему», «Охотники и утки». Зачет метания мяча в цель. | Развитие скоростных качеств, внимания, координации движений, развитие навыков сотрудничества в игре | Контроль техники выполнения (метание в цель). | Стр 94-95 | использование фотографий или карточек |
| 90 | 29.04 | Развитие выносливости в беге до  1000м. Темп, скорость, дыхание при выполнении бега на длинные дистанции | Развитие выносливости | Фронтальный опрос | знать  т/с | смена деятельности учащихся, чередование активной работы с отдыхом |
| 91 | 03.05 | Обучение  русским народным играм«Просо»,  «Двойные горелки», «Бабки» | Работать в группе, выполнять правила поведения в игре. Распределять роли в соревновании, |  |  |  |
| 92 | 06.05 | Закрепление правил игр «Просо», «Двойныегорелки», «Бабки» | Развитие скоростных качеств, внимания, координации движений, развитие навыков сотрудничества в игре |  |  |  |
| 93 | 06.05 | Обучение  русским народным играм «Невод», «Заинька». | Развитие скоростных качеств, внимания, координации движений, развитие навыков сотрудничества в игре | Тестирование выносливости (бег 1000 м). |  | Использовать знаковые символы для ориентации ребенком в выполнении заданий, планировании действий |
| 94 | 10.05 | Тестирование | Контроль за  физическим развитием |  |  | избегать расстановки с отвлекающими внимание предметами |
| 95 | 13.05 | Развитие скоростных качеств  в русских народных играх «Черная палочка», | Работать в группе, выполнять правила поведения в игре. Распределять роли в соревновании, | Тестирование выносливости. | Знать правила |  |
| 96 | 13.05 | Развитие скоростных качеств «Двойные горелки», «Черная палочка», | Работать в группе, выполнять правила поведения в игре. Распределять роли в соревновании, |  | Знать правила | не выделяя среди сверстников |
| 97 | 17.05 | Развитие двигательных качеств в РНИ «Каликало», « Калечина-малечина» и др. | Развитие скоростных качеств, внимания, координации движений, развитие навыков сотрудничества в игре | Тестирование силовых способностей (подтягивания). | знать  т/с | Работа в парах |
| 98 | 20.05 | Закрепление РНИ изученных на уроках | Взаимодействие со сверстниками  в процессе игры соблюдение ТБ |  |  |  |
| 99 | 20.05 | Закрепление РНИ изученных на уроках | Взаимодействие со сверстниками  в процессе игры соблюдение ТБ | Фронтальный опрос |  | смена деятельности учащихся, чередование активной работы с отдыхом |
| 100 | 24.05 | Развитие двигательных качеств в  мини-футболе по упрощенным правилам | Развитие  в игре двигательных качеств быстроты , ловкости, внимания |  | Знать правила |  |
| 101 | 27.05 | Развитие двигательных качеств в  мини футболе по упрощенным правилам | Развитие  в игре двигательных качеств быстроты , ловкости, внимания |  |  |  |
| 102 | 27.05 | Подведение итога года. Задание на лето. | Дают оценку своим умениям |  |  | поощрение любых проявлений инициативы |