

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Школа №106» городского округа Самара

ПРОВЕРЕНО

Зам. директора по УВР

Керим Керимов М.В.  
(подпись)

« 29 » 08 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы №106

Сурогина Т.В.  
(подпись)

« 29 » 08 2017 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

На 2017/2018 учебный год

Предмет Физическая культура  
Класс 2 А, Б, В, Г  
Преподаватель Алексина Людмила Викторовна  
(Фамилия, Имя, Отчество)

Квалификационная категория I категория

Количество часов по учебному плану 102 в год 3 в неделю

Составлен в соответствии с программой Физическая культура  
(название и авторы программы)  
Т.С. Мосица, Л.А. Мовикова

Рекомендованной (утвержденной) Министерством образования и науки  
(кем рекомендована, утверждена программа, когда)  
РФ 2016 г.

Учебники:  
Автор Т.С. Мосица, Л.А. Мовикова  
Название «Физическая культура» 1-4 класс  
Издательство Москва «Просвещение»  
Год издания 2016

Рассмотрен на заседании методического объединения  
Гимназии начальное звено

Протокол № 1 от « 29 » августа 2017 г.

Председатель методического объединения Смаг Тмащенко, М.А.

## Тематическое планирование по физической культуре на 2017-2018 уч. год

Класс: 2 А, Б, В, Г

Часы учебного времени	Наименование раздела и тем урока	КЭС (контр. эл. содержания)	Планируемые сроки прохождения программы.	Форма текущего контроля
<b>Легкая атлетика и подвижные игры (24 ч.)</b>				
1.	Влияние физической культуры на здоровье и физическое развитие человека. Правила поведения на уроках. Техника безопасности на уроках по легкой атлетике.		04.09.2017-08.09.2017	Самоконтроль, взаимоконтроль.
2.	История возникновения спортивных соревнований.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
3.	История возникновения Олимпийских игр.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
4.	Ходьба на носках и пятках.		11.09.2017-15.09.2017	Самоконтроль, взаимоконтроль.
5.	Чередование ходьбы и бега.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
6.	Перешагивание через предметы.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
7.	Ходьба с высоким подниманием бедра.		18.09.2017-22.09.2017	Самоконтроль, взаимоконтроль.
8.	Бег на 30 м.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
9.	Прыжок в длину с места.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
10.	Челночный бег 3х10 м.		25.09.2017-29.09.2017	Самоконтроль, взаимоконтроль.
11.	Профилактика нарушений осанки.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
12.	Упражнения, направленные на формирование правильной осанки.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
13.	Метание теннисного мяча в вертикальную цель.		02.10.2017-06.10.2017	Самоконтроль, взаимоконтроль.
14.	Упражнения, направленные на формирование правильной осанки.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
15.	Метание теннисного мяча в горизонтальную цель.			Самоконтроль, взаимоконтроль.

16.	Прыжки через скакалку.		09.10.2017-13.10.2017	Самоконтроль, взаимоконтроль.
17.	Броски набивного мяча от груди на дальность.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
18.	Прыжки через скакалку с продвижением вперед.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
19.	Преодоление препятствий.		16.10.2017-20.10.2017	Самоконтроль, взаимоконтроль.
20.	Летние Олимпийские игры.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
21.	Бросок мяча одной рукой от плеча.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
22.	Передача и ловля волейбольного мяча в парах.		23.10.2017-27.10.2017	Самоконтроль, взаимоконтроль.
23.	Бросок мяча одной рукой от плеча.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
24.	Подвижные игры.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
<b>Гимнастика с основами акробатики (24 ч.)</b>				
25.	Правила поведения на уроках гимнастики. ТБ.		06.11.2017-10.11.2017	Самоконтроль, взаимоконтроль.
26.	Физическое развитие человека.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
27.	Влияние упражнений на физическое развитие человека.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
28.	Перекаты в сторону.		13.11.2017-17.11.2017	Самоконтроль, взаимоконтроль.
29.	Кувырок вперед.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
30.	Кувырок вперед.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
31.	Лазанье по гимнастической скамейке с переходом на гимнаст. Стенку.		20.11.2017-24.11.2017	Самоконтроль, взаимоконтроль.
32.	Лазанье по скамейке и гимнастической стенке, одноименным и разноименным способом.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
33.	Ходьба по наклонной скамейке.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
34.	Стойка на лопатках, согнув ноги.		27.11.2017-01.12.2017	Самоконтроль, взаимоконтроль.
35.	Запрыгивание на горку матов.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
36.	Стойка на лопатках, выпрямив ноги.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
37.	Вис лежа на низкой перекладине.		04.12.2017-08.12.2017	Самоконтроль, взаимоконтроль.

38.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
39.	Переползание в упоре на коленях, опираясь на предплечья.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
40.	Полоса препятствий.		11.12.2017-15.12.2017	Самоконтроль, взаимоконтроль.
41.	Подвижные игры.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
42.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
43.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине.		18.12.2017-22.12.2017	Самоконтроль, взаимоконтроль.
44.	Лазанье по гимнаст. Скамейке с переходом на гимнаст. Стенку.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
45.	Лазанье по скамейке и гимнаст. Стенке одноименным и разноименным способом.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
46.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине.		25.12.2017-27.12.2017	Самоконтроль, взаимоконтроль.
47.	Подвижные игры.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
<b>Лыжная подготовка и подвижные игры на воздухе (20 ч.)</b>				
48.	Правила поведения на уроках по лыжной подготовке. ТБ.		10.01.2018-12.01.2018	Самоконтроль, взаимоконтроль.
49.	Поворот переступанием вокруг пяток.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
50.	Поворот переступанием вокруг носков лыж.		15.01.2018-19.01.2018	Самоконтроль, взаимоконтроль.
51.	Передвижение скользящим шагом.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
52.	Спуск в основной стойке.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
53.	Спуск в основной стойке.		22.01.2018-26.01.2018	Самоконтроль, взаимоконтроль.
54.	Подъем в уклон скользящим шагом.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
55.	Подъем «лесенкой».			Самоконтроль, взаимоконтроль.
56.	Равномерное передвижение.		29.01.2018-02.02.2018	Самоконтроль, взаимоконтроль.

57.	Подвижная игра на лыжах «Быстрый лыжник».			Самоконтроль, взаимоконтроль.
58.	Торможение падением.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
59.	Зимние Олимпийские игры.		05.02.2018-09.02.2018	Самоконтроль, взаимоконтроль.
60.	Совершенствование изученных способов передвижения на лыжах.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
61.	Совершенствование изученных способов передвижения на лыжах.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
62.	Совершенствование спусков и подъемов.		12.02.2018-16.02.2018	Самоконтроль, взаимоконтроль.
63.	Эстафеты и подвижные игры на лыжах и санках.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
64.	Совершенствование изученных способов передвижения на лыжах.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
65.	Совершенствование изученных способов передвижения на лыжах.		19.02.2018-22.02.2018	Самоконтроль, взаимоконтроль.
66.	Эстафеты и подвижные игры на лыжах и санках.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
67.	Эстафеты и подвижные игры на лыжах и санках.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
<b>Подвижные игры и легкая атлетика (34 ч.)</b>				
68.	Предупреждение травматизма во время занятий. ТБ.		26.02.2018-02.03.2018	Самоконтроль, взаимоконтроль.
69.	Передача и ловля волейбольного мяча в парах.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
70.	Бросок мяча одной рукой от плеча.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
71.	Подвижные игры.		05.03.2018-09.03.2018	Самоконтроль, взаимоконтроль.
72.	Подвижные игры.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
73.	Передача и ловля волейбольного мяча в парах.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
74.	Передача и ловля волейбольного мяча в парах.		12.03.2018-16.03.2018	Самоконтроль, взаимоконтроль.

75.	Бросок мяча одной рукой от плеча.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
76.	Подвижные игры.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
77.	Подвижные игры.		19.03.2018-23.03.2018	Самоконтроль, взаимоконтроль.
78.	Закаливание организма.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
79.	Закаливание организма.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
80.	Способы закаливания организма.		02.04.2018-06.04.2018	Самоконтроль, взаимоконтроль.
81.	Бросок мяча одной рукой от плеча.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
82.	Передача и ловля волейбольного мяча в парах.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
83.	Элементы спортивных игр.		09.04.2018-13.04.2018	Самоконтроль, взаимоконтроль.
84.	Элементы спортивных игр.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
85.	Ходьба противходом.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
86.	Смыкание приставными шагами в шеренге.		16.04.2018-20.04.2018	Самоконтроль, взаимоконтроль.
87.	Влияние занятий физической культурой на воспитание характера человека.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
88.	Прыжки с высоты.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
89.	Прыжки с высоты.		23.04.2018-27.04.2018	Самоконтроль, взаимоконтроль.
90.	Прыжок в длину с разбега.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
91.	Прыжок в длину с разбега.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
92.	Прыжки через скакалку на одной ноге.		30.04.2018-04.05.2018	Самоконтроль, взаимоконтроль.
93.	Прыжки – многоскоки.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
94.	Метание теннисного мяча на дальность.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
95.	Метание теннисного мяча на заданное расстояние.		07.05.2018-11.05.2018	Самоконтроль, взаимоконтроль.
96.	Бросок набивного мяча (0,5 кг.) от груди на дальность.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
97.	Бег на 30 м.			Самоконтроль, взаимоконтроль.

98.	Челночный бег 3x10 м.		14.05.2018- 18.05.2018	Самоконтроль, взаимоконтроль.
99.	Совершенствование элементов спортивных игр.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
100.	Подвижные игры и эстафеты.			Самоконтроль, взаимоконтроль.
101.	Подвижные игры и эстафеты.		21.05.2018- 25.05.2018	Самоконтроль, взаимоконтроль.
102.	Подвижные игры и эстафеты.			Самоконтроль, взаимоконтроль.

Школа № 106 г.о. Самара