**2 класс**

**Календарно-тематическое планирование**

**учебного курса «Если хочешь быть здоров»**

**34 часа (1 раз в неделю)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п\п** | **Дата** | **Тема занятия** | **Виды деятельности** | **Кол-во часов** |
| 1 |  | Беседа по Т.Б. знакомство с правилами подвижных игр. | Знакомство  (Правила поведения, закрепление навыков игры) | 1 |
| 2 |  | Подвижная игра «Часы пробили…». | 1 |
| 3 |  | Подвижные игры «Хвостики», «Запрещённое движение». | 1 |
| 4 |  | Подвижные игры «Пятнашки», «Охотники и утки». | Лёгкая атлетика  ( Закрепление навыков бега, прыжков, метаний, способностей к ориентированию в пространстве) | 1 |
| 5 |  | Подвижная игра «Быстрая тройка». | 1 |
| 6 |  | Подвижные игры «Медведь спит, «Весёлая скакалка». | 1 |
| 7 |  | Подвижная игра «Очистить свой сад от камней». | 1 |
| 8 |  | Подвижные игры «Командные салки», «Сокол и голуби». | 1 |
| 9 |  | Развитие быстроты. Подвижные игры «Найди нужный цвет», «Разведчики». | 1 |
| 10 |  | Подвижная игра «Кто быстрее?». | 1 |
| 11 |  | Подвижные игры «Ноги выше от земли», «Выбегай из круга». | 1 |
| 12 |  | Подвижная игра «Лиса и цыплята с волейбольным мячом». | Подвижные игры, подводящие к пионерболу  ( Навыки закрепления ловли, передачи, броска мяча) | 1 |
| 13 |  | «Старт после броска», «Играй-играй, мяч не теряй». | 1 |
| 14 |  | Подвижные игры «Охотники и утки с мячами», «Регби». | 1 |
| 15 |  | Ловкая и коварная гимнастическая палка, «Гонка с обручем». | Гимнастика  (развитие способностей к дифференцированию параметров движения, ориентированию в пространстве) | 1 |
| 16 |  | Подвижные игры «Удочка с приседанием», «Падающая палка», «Успей в обруч». | 1 |
| 17 |  | Развиваем точность движений. Подвижные игры «Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель». | 1 |
| 18 |  | Подвижные игры «Караси и Щука», «Веер» с баскетбольными мячами. | Игровые упражнения с волейбольными и баскетбольными мячами | 1 |
| 19 |  | Игровые и соревновательные упражнения с мячами. | 1 |
| 20 |  | Игровые и соревновательные упражнения с мячами. | 1 |
| 21 |  | Подвижная игра «Регби». | 1 |
| 22 |  | Подвижная игра «Братишки спаси». | 1 |
| 23 |  | Закрепление навыков ведения. «Салки с мячами» и др. по выбору учащихся. | 1 |
| 24 |  | Подвижная игра «Простой пионербол». | 1 |
| 25 |  | Круговая эстафета с баскетбольными и волейбольными мячами. | 1 |
| 26 |  | Подвижные игры «Погоня», «Снайперы». | Лёгкая атлетика,  Элементы спортивных игр  (Закрепление навыков игры, скоростных, координационных способностей, навыков владения мячом, умений играть в команде) | 1 |
| 27 |  | Удивительная гимнастика. Подвижные игры «Метание в цель», «Попади в мяч». | 1 |
| 28 |  | Развитие скоростных качеств. Подвижные игры «Быстро в строй», командные эстафеты. | 1 |
| 29 |  | Развитие быстроты. Подвижные игры «мяч капитану», «Бездомный заяц», «Охотники и утки». | 1 |
| 30 |  | Развитие реакции. Подвижные игры «Пустое место», «Боулинг». | 1 |
| 31 |  | Подвижная игра «Прыжок за прыжком». | 1 |
| 32 |  | Подвижные игры «Гонка мячей», «Падающая палка». | 1 |
| 33 |  | Подвижные игры «Точный поворот», «Третий лишний». «Передал - садись». | 1 |
| 34 |  | Подвижные игры «Третий лишний», «Передал - садись». | 1 |