**Календарно-тематическое планирование 4 класс по физической культуре (102 часа)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  урока | | Часы | | ТЕМА УРОКА | Дата  план | Дата  факт |
|
| 1 | | 1 | | Беседа: «Как сохранить и укрепить здоровье?» Знакомство со спортивной площадкой, спортивным залом. |  |  |
| 2 | | 1 | | Бег коротким, средним и длинным шагом. |  |  |
| 3 | | 1 | | Шахматы |  |  |
| 4 | | 1 | | Высокий старт с последующим ускорением |  |  |
| 5 | | 1 | | Челночный бег 3х10м. |  |  |
| 6 | | 1 | | Шахматы |  |  |
| 7 | | 1 | | Прыжки в длину с места.  Игра «Пятнашки» |  |  |
| 8 | | 1 | | Прыжки в длину с места ,толчком двумя ногами. |  |  |
| 9 | | 1 | | Шахматы |  |  |
| 10 | | 1 | | Метание в цель. |  |  |
| 11 | 1 | | | Метание в цель Игра «К своим флажкам». |  |  |
| 12 | 1 | | | Шахматы |  |  |
| 13 | 1 | | | И Т.Б.Бег в чередовании с ходьбой до 150 м. Игра «К своим флажкам».  гра «Не оступись» |  |  |
| 14 | 1 | | | Игра «Точно в мишень»  *Правила организации и проведения игр.* |  |  |
| 15 | 1 | | | Шахматы |  |  |
| 16 | 1 | | | Т.Б. Бег в чередовании с ходьбой 50м.- бег, 50м.-ходьба. ОРУ с предметами. |  |  |
| 17 | 1 | | | Т.Б.Медленный бег 400м. Развитие выносливости. |  |  |
| 18 | 1 | | | Шахматы |  |  |
| 19 | 1 | | | Т.Б. Равномерный бег до 4 мин.Развитие выносливости. |  |  |
| 20 | 1 | | | Т.Б. Равномерный бег до 5 мин. |  |  |
| 21 | 1 | | | Шахматы |  |  |
| 22 | 1 | | | Т1.Б. Кросс по слабопересечённой местности. Учёт. Эстафеты с п1рыжками. |  |  |
| 23 | 1 | | | Т.Б.Преодоление полос препятствий. Эстафеты и игры с бегом. |  |  |
| 24 | 1 | | | Шахматы |  |  |
| 25 | 1 | | | Т.Б. Бег на выносливость 1000м. |  |  |
| 26 | 1 | | | Равномерный бег до 5 мин. |  |  |
| 27 | 1 | | | Шахматы |  |  |
| 28 | 1 | | | Бег в чередовании с ходьбой 50м. |  |  |
|  |  | | | 2-четверть |  |  |
| 29 | 1 | | | Т.Б.Построение в шеренгу и в колону.  Игра «Становись-разойдись» |  |  |
| 30 | 1 | | | Шахматы |  |  |
| 31 | 1 | | | Перекаты в группировке |  |  |
| 32 | 1 | | | Упор присев, лёжа, стоя на коленях.  Игра «Раки» |  |  |
| 33 | 1 | | | Шахматы |  |  |
| 34 | 1 | | | Передвижение по гимнастической стенке. |  |  |
| 35 | 1 | | | Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, переползания, перелезания |  |  |
| 36 | 1 | | | Шахматы |  |  |
| 37 |  | | | Эстафеты с обручем. Игра «Совушка». |  |  |
|  |  | | |  |  |  |
| 38 | 1 | | | Т.Б.Удар по катящемуся мячу  Игра «Не урони мешочек». |  |  |
| 39 | | 1 | | Ведение мяча на месте.  *Правила поведения на уроках физической культуры.* |  |  |
| 40 | | 1 | | Ловля мяча на месте и в движении.  *Значение закаливания для укрепления здоровья.* |  |  |
| 41 | | 1 | | Шахматы |  |  |
| 42 | | 1 | | Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мяч водящему». |  |  |
| 43 | | 1 | | Ведение мяча (правой, левой рукой) в движении. |  |  |
| 44 | | 1 | | Шахматы |  |  |
| 45 | | 1 | | Броски в цель (в кольцо, щит, обруч) |  |  |
| 46 | | 1 | | Ведение мяча в парах.  Игра «У кого меньше мячей» |  |  |
| 47 | | 1 | | Шахматы |  |  |
| 48 | | 1 | | Акробатическая комбинация из ранее изученных элементов |  |  |
| 49 | | | 1 | ВН |  |  |
| 50 | | | 1 | ***3 четверть*** |  |  |
|  | | |  | Шахматы |  |  |
| 51 | | | 1 | Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания, переползания |  |  |
| 52 | | | 1 | Передвижение по наклонной гимнастической скамейке. |  |  |
| 53 | | | 1 | Шахматы |  |  |
| 54 | | | 1 | Передвижение по гимнастической стенке. |  |  |
| 55 | | | 1 | Упражнения на равновесие  *Измерение длины и массы тела.* |  |  |
| 56 | | | 1 | Шахматы |  |  |
| 57 | | | 1 | Лазанье по наклонной гимнастической скамейке. Игра «Бой петухов» |  |  |
| 58 | | 1 | | Эстафеты с мячом |  |  |
| 59 | | 1 | | Шахматы |  |  |
| 60 | | 1 | | Эстафеты с обручем. |  |  |
| 61 | | 1 | | Бросок и ловля мяча на месте.  Игра «Не урони мешочек». |  |  |
| 62 | | 1 | | Шахматы |  |  |
| 63 | | 1 | | Бросок и ловля мяча на месте.  Игра «Через холодный ручей» |  |  |
| 64 | | 1 | | Ведение мяча на месте, по прямой, по дуге Игра «Пройди бесшумно» |  |  |
| 65 | | 1 | | Шахматы |  |  |
| 66 | | 1 | | Бросок и ловля мяча на месте.  *Упражнения для формирования правильной осанки.* |  |  |
| 67 | | 1 | | Ведение мяча на месте, по прямой, по дуге. |  |  |
| 68 | | 1 | | Шахматы |  |  |
| 69 | | 1 | | Ведение мяча (правой, левой рукой) в движении. |  |  |
| 70 | | 1 | | Ведение мяча по прямой (шагом и бегом).  Игра «Передай другому» |  |  |
| 71 | | 1 | | Шахматы |  |  |
| 72 | | 1 | | Ведение мяча в парах.  Игра «У кого меньше мячей» |  |  |
| 73 | | 1 | | Игра в баскетбол по упрощенным правилам. |  |  |
| 74 | | 1 | | Шахматы |  |  |
| 75 | | 1 | | Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мяч водящему». |  |  |
| 76 | | 1 | | Передвижения, остановки, повороты с мячом |  |  |
| 77 | | 1 | | Шахматы |  |  |
| 78 | | 1 | | Т.Б.Бег в чередовании с ходьбой до 150 м. Игра «К своим флажкам». |  |  |
| 79 | | 1 | | Т.Б. Бег в чередовании с ходьбой 50м.- бег, 50м.-ходьба. ОРУ с предметами. |  |  | |
| 80 | | 1 | | ВН |  |  | |
| 81 | | 1 | | ***4 четверть*** |  |  | |
|  | |  | | Т.Б.Равномерный, медленный бег до 3 мин. |  |  | |
| 82 | | 1 | | Т.Б. Равномерный бег до 4 мин.Развитие выносливости. |  |  | |
| 83 | | 1 | | Шахматы |  |  | |
| 84 | | 1 | | Т.Б. Кросс по слабопересеченной местности до 1км.Т.Б |  |  | |
| 85 | | 1 | | Т.Б. Кросс по слабопересечённой местности. Учёт. Эстафеты с прыжками. |  |  | |
| 86 | | 1 | | Шахматы |  |  | |
| 87 | | 1 | | Т.Б. Бег на выносливость 1000м. |  |  | |
| 88 | | 1 | | Ходьба и бег с изменением темпа. |  |  | |
| 89 | | 1 | | Шахматы |  |  | |
| 90 | | 1 | | Бег 30 м.,  бег на скорость |  |  | |
| 91 | | 1 | | Бег с эстафетной палочкой |  |  | |
| 92 | | 1 | | Шахматы |  |  | |
| 93 | | 1 | | Прыжки в длину с места.  Игра «Пустое место». |  |  | |
| 94 | | 1 | | Прыжки в длину с разбега. Равномерный, медленный бег |  |  | |
| 95 | | 1 | | Шахматы |  |  | |
| 96 | | 1 | | 4 четверть |  |  | |
|  | | 1 | | Метание мяча в вертикальную цель.  Игра «Точно в мишень» |  |  | |
| 97 | | 1 | | Метание мяча на дальность |  |  | |
| 98 | | 1 | | Шахматы |  |  | |
| 99 | | 1 | | И Метание мяча в горизонтальную цель. Эстафеты с мячами.гра «Третий лишний» |  |  | |
| 100 | 1 | | | Бросок набивного мяча (1 кг.) на дальность.  Игра «Волк во рву» |  |  | |
| 101 | 1 | | | ВН |  |  | |
| 102 | 1 | | |  |  |  | |