|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Календарно-тематическое планирование по физической культуре**  **2017-2018 учебный год. 4 класс** | | | | |
| **№ урока** | **дата** | **2 четверть (24 часа)** | **Кол-во часов** | **Домашнее задание** |
|  |  | **Гимнастика** |  |  |
|  |  | Упражнения на формирование правильной осанки | 1 | Упражнение на гибкость |
|  |  | Упражнения с обручем | 1 | Упражнение на гибкость |
|  |  | **Техническая подготовка. Техника передвижения** | **1** | ОРУ |
|  |  | **Подвижные игры** | **10** |  |
|  |  | Встречные эстафеты с ведением и ловлей мяча двумя руками | 1 | ОРУ |
|  |  | Передача мяча ногами друг другу | 1 | Закрепить технику |
|  |  | **Техническая подготовка. Техника передвижения** | **1** | ОРУ |
|  |  | Игры с мячом «Выбивала» | 1 | Упражнение на скорость |
|  |  | Эстафетные игры с мячом | 1 | Упражнение на скорость |
|  |  | **Техническая подготовка. Техника передвижения. Удары по мячу ногой** | **1** | Активные движение |
|  |  | Ведение мяча между предметами | 1 | Упражнение на скорость |
|  |  | Передача мяча в колоне, Игра «Не давай мяч водящему» | 1 | Упражнение на скорость |
|  |  | **Техническая подготовка. Удары по мячу ногой. Остановка мяча** | **1** | Упражнения на мышцы ног |
|  |  | Командные эстафеты | 1 | Упражнение на скорость |
|  |  | **Гимнастика** | **10** |  |
|  |  | Строевые упражнения. Перестроение в 2 шеренги. | 1 | ОРУ |
|  |  | **Техническая подготовка. Удары по мячу ногой** | **1** | ОРУ |
|  |  | Акробатические упражнения. Выполнение последовательных кувырков вперед | 1 | Упражнения на акробатику |
|  |  | Кувырок назад в группировке Кувырок назад и перекатом назад стойка на лопатках, упражнение с мячом на равновесие | 1 | Упражнения на акробатику |
|  |  | **Техническая подготовка. Ведение мяча** | **1** | Упражнение на скорость |
|  |  | Прыжки в высоту 50 см с мячом | 1 | Упражнение на равновесие |
|  |  | Лазание по канату и передвижение на животе по гимнастической скамейке | 1 | Усвоить технику |
|  |  | **Техническая подготовка. Ведение мяча** | **1** | Упражнения на мышцы ног |
|  |  | Лазание по канату | 1 | Усвоить технику |
|  |  | Эстафета с элементами гимнастических игр | 1 | Упражнение на скорость |
|  |  | **Техническая подготовка. Подача мяча** | **1** | ОРУ |
|  |  |  |  |  |
|  |  | **3 четверть (30 часов)** |  |  |
|  |  | **Подвижные игры** | **8** |  |
|  |  | Упражнения с мячом. Передача мяча ногами | 1 | ОРУ |
|  |  | Упражнения с мячом. Ведение мяча руками в беге. | 1 | ОРУ |
|  |  | **Техническая подготовка. Игра вратаря** | **1** | ОРУ |
|  |  | Упражнения с мячом. Ведение мяча между предметами | 1 | Упражнение на скорость |
|  |  | Игры с мячом. «Выбивала» | 1 | Упражнение на скорость |
|  |  | **Техническая подготовка. Игра вратаря** | **1** | ОРУ |
|  |  | Игры с мячом «Весёлые старты» | 1 | Упражнение на скорость |
|  |  | Разучивание игры «Не давай мяч водящему» | 1 | Упражнение на скорость |
|  |  | **Гимнастика** | **8** |  |
|  |  | **Подвижные игры и эстафеты «Защита замка»** | **1** | ОРУ |
|  |  | ОРУ с предметами и без предметов | 1 | Силовые упражнения |
|  |  | Акробатические упражнения. Кувырки вперёд и назад | 1 | Упражнения на равновесие |
|  |  | **Подвижные игры «Под обстрелом»** | **1** | Упражнение на скорость |
|  |  | Прыжки через гимнастическую скамейку | 1 | Упражнение на равновесие |
|  |  | Лазание по канату на 2,5 м | 1 | ОРУ |
|  |  | **Подвижные игры «Под обстрелом»** | **1** | ОРУ |
|  |  | Упражнение на равновесие. Ходьба по бревну выпадами, приставными шагами продольно и поперек | 1 | Упражнение на равновесие |
|  |  | **Лыжная подготовка** | **10** |  |
|  |  | Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом  Повороты переступанием в движении | 1 | Упражнения на выносливость |
|  |  | **Подвижные игры «Под обстрелом»** | **1** | Упражнение на мышцы ног |
|  |  | Передвижение на скорость на отрезках до 100м по прямой | 1 | зачёт |
|  |  | Подъём «ёлочкой», и «лесенкой» | 1 | ОРУ |
|  |  | **Игра в футбол по упрощенным правилам 2х2** | **1** | Упражнение на скорость |
|  |  | Разучивание игры на лыжах «Кто быстрее поднимется на горку и спустится вниз» | 1 | Упражнение на выносливость |
|  |  | Ходьба на лыжах 2 км | 1 | Упражнение на выносливость |
|  |  | **Игра в футбол по упрощенным правилам 2х2** | **1** | Упражнения на координацию движения |
|  |  | Игры на лыжах | 1 | Упражнения |
|  |  | **Подвижные игры** | **4** |  |
|  |  | Подвижная игра «Петушки» | 1 | Упражнение на быстроту |
|  |  | **Игра в футбол по упрощенным правилам 3х3** | **1** | Упражнение на мышцы ног |
|  |  | Национальная игра «Асики» | 1 | ОРУ |
|  |  | Национальная игра «Тенге алу» | 1 | ОРУ |
|  |  | **Игра в футбол по упрощенным правилам 3х3** |  | Упражнение на мышцы ног |
|  |  | **4 четверть (24 часа)** | **24** |  |
|  |  | **Легкая атлетика** | **8+4** |  |
|  |  | Бег 30 м и 60 м (зачёт) | 1 | Упражнения на быстроту |
|  |  | Бег на 1500 м без учёта времени | 1 | Упражнения на выносливость |
|  |  | **Игра в футбол по упрощенным правилам 3х3** | **1** | Упражнения на быстроту |
|  |  | Прыжки в длину с разбега | 1 | зачёт |
|  |  | Встречные и круговые эстафеты с этапом до 60м | 1 | Упражнения на быстроту |
|  |  | **Игра в футбол по упрощенным правилам 3х3** | **1** | Упражнения на координацию движений |
|  |  | Метание мяча. Подвижные игры | 1 | Упражнения на ловкость |
|  |  | Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание» | 1 | Упражнения на ловкость |
|  |  | **Игра в футбол по упрощенным правилам 3х3** | **1** | Упражнения на мышцы ног |
|  |  | Метание малого мяча на дальность и в цель | 1 | Упражнение на координацию движений |
|  |  | Игры с бегом, прыжками, метанием | 1 | Упражнение на ловкость |
|  |  | **Игра в футбол по упрощенным правилам 4х4** | **1** | Упражнения на быстроту |
|  |  | **Подвижные игры** | **6+4** |  |
|  |  | Игра с мячом «Передал - беги» | 1 | ОРУ |
|  |  | Игра с мячом в колоне | 1 | ОРУ |
|  |  | **Игра в футбол по упрощенным правилам 4х4** | **1** | Упражнения на координацию движений |
|  |  | Игра с мячом «Передай водящему» | 1 | Упражнения на ловкость |
|  |  | Игра с мячом «Выбивала» | 1 | Упражнения на ловкость |
|  |  | **Игра в футбол по упрощённым правилам** | **1** | ОРУ |
|  |  | Национальная игра «Не попади в центр» | 1 | Знание правил игры |
|  |  | Национальная игра «Асики» | 1 | Упражнения на ловкость |
|  |  | **Игра в футбол по упрощённым правилам** | **1** | ОРУ |
|  |  | Игры и эстафеты | 1 | Упражнения на ловкость |
|  |  | Преодоление полос из 3-4 препятствий. | 1 | Упражнения на ловкость |
|  |  | **Контрольные испытания** | **1** | Упражнение на скорость |